ಶ್ರೀವ್ಯಾಸತತ್ವಜ್ಞತೀರ್ಥರ ಮೂಲ ಬೃಂದಾವನ,

ಶ್ರೀವ್ಯಾಸತತ್ವಜ್ಞತೀರ್ಥ ವಿರಚಿತ
ಮಾನಸ ಸ್ಮೃತಿ

ಮಂಗಳಾಚರಣೆ - ಧ್ಯಾನಸ್ನಾನ

ಶ್ರೀನಿವಾಸಪದಾಂಭೋಜಯುಗಂ ನತ್ವಾ ಗುರೋರಪಿ ।
ಶ್ರೀಶಮಾನಸಿಕಧ್ಯಾನವಿಧಿಂ ವಕ್ಷ್ಯೇ ಯಥಾಮತಿ ॥೧॥

ಶ್ರೀಶಪಾದಾಂಬುಜಾಸಕ್ತೋ ಮಾನಸಸ್ನಾನಮಾಚರೇತ್ ।
ಸ್ವದೇಹಾಂತರ್ಗತಾ ನಾಡ್ಯಃ ಪಿಂಗಳೇಡಾಸುಷುಮ್ನಕಾಃ ॥೨॥

ಪಿಂಗಳಾ ಯಮುನಾ ಪ್ರೋಕ್ತಾ ಇಡಾ ಗಂಗಾ ಪ್ರಕೀರ್ತಿತಾ ।
ತಯೋರಂತಃಸ್ಥಿತಾ ನಾಡೀ ಸುಷುಮ್ನಾಖ್ಯಾ ಸರಸ್ವತೀ ॥೩॥

ಸುಷುಮ್ನಾಸ್ಥಿತಸಂಜ್ಞೇಯಹೃತ್ಪದ್ಮಪುರವಾಸಿನಃ ।
ಶ್ರೀಹರೇರ್ಧ್ಯಾನಸಲಿಲಂ ಮಾನಸಂ ತೀರ್ಥಮುತ್ತಮಮ್ ॥೪॥

ತತ್ತೀರ್ಥಸ್ನಾನನಿಷ್ಪಂಕಃ ಶುದ್ಧಶ್ಚೈಕಾಂತದೇಶಗಃ ।
ಸಮಾಚಲಾಸನಾಸೀನಸ್ತದ್ಗತೈಕಾಗ್ರಮಾನಸಃ ॥೫॥

ಚಿಂತಯೇದಾತ್ಮನೋ ದೇಹಮೀಶಾಧಿಷ್ಠಾನಮದ್ಭುತಮ್ ।

ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ದಶಕವಚಗಳ ಚಿಂತನೆ

ತ್ವಕ್ಚರ್ಮಮಾಂಸರುಧಿರಮೇಧೋಮಜ್ಜಾಸ್ಥಿನಾಮಕಾಃ ॥೬॥

ಪಂಚಭೂತಾತ್ಮಕಾಃ ಸಪ್ತ ಧಾತವಶ್ಚೈತದಾತ್ಮಕಮ್ ।
ಮನೋ ಮುಖ್ಯೇಂದ್ರಿಯಾಯತ್ತಂ ತತ್ವಾತ್ಮಕಮಿತಿ ಸ್ಫುಟಮ್ ॥೭॥

ಸಪ್ತಧಾತುಷು ಧಾತ್ವಂತಃ ಕ್ರಮಾತ್ಕೋಶಾಃ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಾಃ ।
ಅನ್ನಪ್ರಾಣಮನೋವಿಜ್ಞಾನಾನಂದಮಯನಾಮಕಾಃ ॥೮॥

ತನ್ನಾಮಕಾನಿರುದ್ಧಾದಿರೂಪಾಣ್ಯೇಷು ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ।
ಭೂಮಿಸ್ಥಮನ್ನನಾಮಾನಂ ಪ್ರಾಣಮಗ್ನ್ಯಾದಿಸಂಸ್ಥಿಮ್ ॥೯॥

ಮಾನಸಂ ಮನ ಆದಿಸ್ಥಂ ವಿಜ್ಞಾನಂ ಮಹತಿ ಸ್ಥಿತಮ್ ।
ಆನಂದಮವ್ಯಕ್ತಗತಂ ಕ್ರಮಶೋ ಯಾಂತಿ ದೇವತಾಃ ॥೧೦॥

ಏವಂ ಕೋಶಸ್ಥಿತಾಶ್ಚಕ್ಷುಶ್ರೋತ್ರವಾಙ್ಮಯನಾಮಕಾಃ ।
ತೇಷ್ವಪ್ಯಾಚ್ಛುರಿತಾನ್ಯೇತನ್ನಾಮಕಾನಿ ರಮಾಪತೇಃ ॥೧೧॥

ಚಿಂತನೀಯಾನಿ ರೂಪಾಣಿ ತೈತ್ತಿರೀಯೋದಿತಾನಿ ಚ ।
ಧಾತೂಪರಿಷ್ಟಾದಾಪಾದಮೌಳಿಪರ್ಯಂತಮಾತತಮ್ ॥೧೨॥

ವಾಸುದೇವಾಭಿಧಂ ರೂಪಂ ಚಿಂತಯೇತ್ಕವಚಾಕೃತಿಮ್ ।
ಏವಮಾಮೌಳಿಪಾದಾಂತಂ ಧ್ಯೇಯಂ ನಾರಾಯಣಾಭಿಧಮ್ ॥೧೩॥

ದಶ್ಯೈತತ್ಕವಚರೂಪಾಣಿ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ದೋಷೈರ್ನ ಲಿಪ್ಯತೇ ।

ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹಿಂಕಾರಾದಿಸಪ್ತರೂಪಗಳ ಚಿಂತನೆ

ದೇಹೇ ತ್ರಿಕೋಟಿಕೋಟ್ಯರ್ಧರೋಮಕೂಪಾ ಭವಂತಿ ಹಿ ॥೧೪॥

ಹಿಂಕಾರನಾಮಕಸ್ತೇಷು ವ್ಯಾಪ್ತಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಕೋ ಹರಿಃ ।
ಸಾರ್ಧತ್ರಿಕೋಟಿತೀರ್ಥಾನಿ ರೋಮಕೂಪಸ್ಥಿತಾನಿ ಚ ॥೧೫॥

ತನ್ನಿಯಾಮಕರೂಪಾಣಿ ಚಿಂತನೀಯಾನಿ ಚಕ್ರಿಣಃ ।
ತ್ವಚಿ ಸ್ಥಿತೋಽನಿರುದ್ಧಶ್ಚ ವೇದ್ಯಃ ಪ್ರಸ್ತಾವನಾಮಕಃ ॥೧೬॥

ರಾಮರೂಪೋಽಪಿ ತತ್ರೈವ ಲಾವಣ್ಯಾದಿಪ್ರದೋ ಹರಿಃ ।
ಚರ್ಮಣ್ಯುದ್ಗೀಥನಾಮಾಽಸೌ ವೇದ್ಯಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನನಾಮಕಃ ॥೧೭॥

ಲಕ್ಷ್ಮೀಪತಿಶ್ಚ ತತ್ರೈವ ಮಹಾವ್ರಣನಿವಾರಕಃ ।
ಮಾಂಸಸ್ಥಃ ಪ್ರತಿಹಾರಾಖ್ಯಃ ಚಿಂತ್ಯಃ ಸಂಕರ್ಷಣೋಽಚ್ಯುತಃ ॥೧೮॥

ವರರೂಪೀ ಚ ತತ್ರಾಪಿ ವಿಷ್ಣುಃ ಪುಷ್ಟಿವಿವರ್ಧನಃ ।
ರುಧಿರಸ್ಥೋ ವಾಸುದೇವಶ್ಚಿಂತ್ಯಶ್ಚೋಪದ್ರವಾಭಿಧಃ ॥೧೯॥

ಶಾಂತಸಂವಿದ್ಧರಿಶ್ಚಾಪಿ ಶಾರೀರಬಲಸಾರದಃ ।
ಮೇಧಸ್ಥೋ ನಿಧನೋ ನಾಮ ಧ್ಯೇಯೋ ನಾರಾಯಣೋ ವಿಭುಃ । ॥೨೦॥

ತತ್ರೈವ ಷಡ್ಗುಣೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಐಶ್ವರ್ಯಾದಿಗುಣಪ್ರದಃ ।
ಮಜ್ಜಾಸ್ಥಿತೋ ವಷಟ್ಕಾರಃ ಸಾರ್ವಾತ್ಮಾ ಚ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಃ ॥೨೧॥

ಮದಸ್ಯ ಜನನಾದೇವ ಮಜ್ಜಾನಾಮಾನಿ ವೈ ಹರೇಃ ।
ಚಿಂತನೀಯಾನಿ ರೂಪಾಣಿ ಸಷಷ್ಟಿತ್ರಿಶತಾನಿ ಚ ॥೨೨॥

ತಾನಿ ಸಂಧ್ಯಾದೈವತಾನಿ ದಿನಸಂಖ್ಯಾಮಿತಾನಿ ಚ ।
ಮಜ್ಜೈವ ರೇತೋ ಭವತಿ ತಸ್ಮಿನ್ ಪ್ರಾಣಃ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಃ ॥೨೩॥

ಪ್ರಾಣೇ ನಾರಾಯಣಸ್ತಸ್ಮಾದ್ರೇತೋ ಗರ್ಭತ್ವಮೇಷ್ಯತಿ ।
ಸಷಷ್ಟಿತ್ರಿಶತಾಸ್ಥಿಸ್ಥಂ ಹಂಸಂ ಚೈವಾದಿನಾಮಕಮ್ ॥೨೪॥

ಆಸ್ಥಾನಾದಸ್ಥಿನಾಮಾನಿ ಹ್ಯಸ್ಥಿಷ್ವಾಚ್ಛುರಿತಾನಿ ಚ ।
ಸಷಷ್ಟಿತ್ರಿಶತಾನ್ಯೇವ ವಿಷ್ಣೋಃ ರೂಪಾಣಿ ಚಿಂತಯೇತ್ ॥೨೫॥

ಏತಾನ್ಯೇವ ಸ್ವರೂಪಾಣಿ ರಾತ್ರೀಣಾಂ ದೈವತಾನಿ ಚ ।
ಪಾದಹಸ್ತಾಂಗುಲಿಸ್ಥಾನಿ ಯಾನಿ ಪರ್ವಾಣಿ ವಿಗ್ರಹೇ ॥೨೬॥

ತತ್ಪರ್ವಸು ಪರಿಜ್ಞಾನಾತ್ ಪರ್ವನಾಮಾನಿ ವೈ ಹರೇಃ ।
ಸಮ್ಯಕ್ ಸಷಷ್ಟಿತ್ರಿಶತಸ್ವರೂಪಾಣಿ ನಿಬೋಧಯೇತ್ ॥೨೭॥

ಏತಾನಿ ಪರ್ವರೂಪಾಣಿ ದಿನಾಹ್ನಾಂ ದೈವತಾನಿ ಚ ।
ಅಶೀತ್ಯುತ್ತರಸಾಹಸ್ರರೂಪಾಣ್ಯೇತಾನಿ ಸರ್ವಶಃ ॥೨೮॥

ಯೋ ವಿಜಾನಾತಿ ಸತ್ಯೈವ ನಿತ್ಯಮಾಯುರ್ವಿವರ್ಧತೇ ।

ತತ್ವಾಭಿಮಾನಿದೇವತೆಗಳು ಹಾಗೂ ಮಾತೃಕಾದೇವತೆಗಳು

ತತ್ವಾಭಿಮಾನಿನೋ ದೇವಾ ದೇಹೇಽಸ್ಮಿನ್ ನವಕೋಟಯಃ ॥೨೯॥

ವಿಷ್ಣ್ವಾಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಂತೇ ತತ್ತತ್ತತ್ವಾವಬೋಧಕಾಃ ।
ಮುಖ್ಯಾಸ್ತೇಷ್ವಪಿ ವಿಜ್ಞೇಯಾಶ್ಚತುರ್ವಿಂಶತಿತಾತ್ವಿಕಾಃ ॥೩೦॥

ಕೇಶವಾದಿಚತರ್ವಿಂಶನ್ಮೂರ್ತಯಸ್ತನ್ನಿಯಾಮಕಾಃ ।
ಪ್ರಾಣಸ್ಸ್ವಗಾತ್ಮಾ ತತ್ರತ್ಯಶ್ಚಿಂತನೀಯೋಽನಿರುದ್ಧಕಃ ॥೩೧॥

ಅಜಾಂತೌ ಮೂರ್ಧ್ನಿ ವಿಜ್ಞೇಯಾವಾನಂದಸ್ಥಭಿತೋ ಮುಖೇ ।

ಶ್ರೋತ್ರೇಂದ್ರಿಯಾಭಿಮಾನಿಗಳು

ಶ್ರೋತ್ರಾಭಿಮಾನಿನಶ್ಚಿಂತ್ಯಾ ದಿಗ್ದೇವಾಶ್ಚಂದ್ರಮೋಮುಖಾಃ ॥೩೨॥

ಚಂದ್ರೇ ಬೃಹತ್ಪಾಂಡುವಾಸಾಃ ಸೋಮಜೇತಿನಾಮಕಾಃ ।
ಧನ್ವಂತರಿರ್ಹಯಗ್ರೀವಶ್ಚಿಂತಾಮಣಿರಜಾದಯಃ ॥೩೩॥

ಹಂಸೋಽಪಿ ವಾಮನಶ್ಚಿಂತ್ಯ ಉಗ್ರೋರ್ಜಾವಪಿ ಕರ್ಣಯೋಃ ।
ಹಯಗ್ರೀವಶ್ಚ ಸಂವೇದ್ಯೋ ದಿಗ್ವ್ಯಾಪ್ತೋ ದಿಙ್ನಿಯಾಮಕಃ ॥೩೪॥

ವಿದಿಙ್ನಿಯಾಮತಶ್ಚೈವ ವ್ಯಾಪ್ತಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನನಾಮಕಃ ।
ವಿಪ್ರದಕ್ಷಿಣಕರ್ಣೇ ಚ ಭಾಗೀರಥ್ಯಾದಿಕಾನಿ ಚ ॥೩೫॥

ತೀರ್ಥಾನಿ ನಿವಸಂತ್ಯಸ್ಮಾತ್ ಸ್ವಕರ್ಣಸ್ಪರ್ಶನಾಚ್ಛುಚಿಃ ।

ಚಕ್ಷುರಿಂದ್ರಿಯಾಭಿಮಾನಿಗಳು

ನೇತ್ರಯೋರಿಂದ್ರ ಈಶಶ್ಚ ಕ್ರಮಾದೇತೌ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತೌ ॥೩೬॥

ಚಕ್ಷುರ್ದ್ವಯಾಭಿಮಾನೀ ಚ ಸೂರ್ಯಸ್ತಸ್ಮಿನ್ನಿಯಾಮಕಃ ।
ನಾರಾಯಣಸ್ಥಿತಿಮ್ನಾಖ್ಯೋ ಮೂರ್ಧರಾಜೇತಿ ನಾಮಕಃ ॥೩೭॥

ವಾಜಿನೀವಸ್ವಜಾದ್ಯಾಶ್ಚ ಕಪಿಲೋನ್ನಾಮಕಾದಯಃ ।
ದಕ್ಷಿಣಾಕ್ಷಿಸ್ಥಿತೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಸ್ತಂಭರೂಪೀ ರಮಾ ಸ್ವಯಮ್ ॥೩೮॥

ರಜ್ಜುರೂಪತಯಾ ಬಧ್ವಾ ವಾಯುಂ ಗೋವತ್ಸರೂಪಿಣಮ್ ।
ನಯನೇ ರಕ್ತರಾಜಿಸ್ಥೋ ರುದ್ರೋ ಗೌತಮನಾಮಕಃ ॥೩೯॥

ಶ್ವೇತತಾರಾಗತಶ್ಚಂದ್ರೋ ವಸಿಷ್ಠಾಖ್ಯಃ ಸುರೇಶ್ವರಃ ।
ಕೃಷ್ಣತಾರಾಸ್ಥಿತೋ ವಹ್ನಿರ್ಜಮದಗ್ನಿರಿತಿ ಸ್ಮೃತಃ ॥೪೦॥

ಕನೀನಿಕಾಯಾಮಾದಿತ್ಯೋ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಾಭಿಧಸ್ತಥಾ ।
ವಾರಿಗೋ ವರುಣಃ ಸಾಕ್ಷಾದ್ಭರದ್ವಾಜಾಭಿಧಸ್ತಥಾ ॥೪೧॥

ಅಧರಾವರ್ತಿನೀ ಸಂಸ್ಥಾ ಪೃಥ್ವೀ ಕಾಶ್ಯಪಿನಾಮಿಕಾ ।

ವಿಶ್ವ - ತೈಜಸ - ಪ್ರಾಜ್ಞರ ಸ್ವರೂಪಗಳು

ದಕ್ಷಿಣಾಕ್ಷಿಸ್ಥಿತೋ ಜ್ಞೇಯೋ ವಿಶ್ವನಾಮಾನಿರುದ್ಧಕಃ ॥೪೨॥

ದ್ವಿಪಾದಃ ಪಂಚಹಸ್ತೇತೋ ಮಧ್ಯೇ ಗಜಕರಃ ಸ್ಮೃತಃ ।
ಏಕೋನವಿಂಶತಿಮುಖೋ ಮಧ್ಯೇ ಚೈಕಂ ಗಜಾನನಮ್ ॥೪೩॥

ತತ್ಪಾರ್ಶ್ವಯೋರ್ನವಾಸ್ಯಾನಿ ಕ್ರಮಾದೇಕೋನವಿಂಶತಿಃ ।
ಏವಮದ್ಭುತರೂಪೋಽಸಾವಷ್ಟದಿಕ್ಪಾಲಸೇವಿತಃ ॥೪೪॥

ಜೀವಾನಾಂ ಚ ಸದಾ ಜಾಗ್ರವದಸ್ಥಾಪ್ರೇರಕೋ ಹರಿಃ ।
ತತಃ ಕಂಠಗತೋದಾನಸೇವಿಸ್ತೈಜಸಾಭಿಧಃ ॥೪೫॥

ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನೋ ವಿಶ್ವವದ್ ಜ್ಞೇಯೋ ಮುಖಹಸ್ತಾದಿಸಂಯುತಃ ।
ಸ ಏವ ಸರ್ವಜೀವಾನಾಂ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೇರಕಃ ಪ್ರಭುಃ ॥೪೬॥

ಹೃತ್ಪದ್ಮಕರ್ಣಿಕಾಗ್ರಸ್ಥಸ್ತಗ್ರೇಶಃ ಪ್ರಾಜ್ಞಸಂಜ್ಞಕಃ ।
ಸಂಕರ್ಷಣಃ ಸುಷುಪ್ತ್ಯಾದಿಪ್ರೇರಕಃ ಸಮುದಾಹೃತಃ ॥೪೭॥

ವಿಶ್ವೋ ಜಾಗ್ರತ್ಸ್ಥಿತಾನರ್ಥಾನ್ ತೈಜಸಃ ಸ್ವಪ್ನಸಂಸ್ಥಿತಾನ್ ।
ಪ್ರಾಜ್ಞಃ ಸುಷುಪ್ತಿಗಾನರ್ಥಾನ್ ಸ್ವೀಕರೋತಿ ಸೃಜನ್ವಿಭುಃ ॥೪೮॥

ಅವಸ್ಥಾತ್ರಯಗಳು

ಜಾಗ್ರತ್ಸ್ವಪ್ನಸುಷುಪ್ತ್ಯಾದಿಕ್ರಮೋಽಯಮವಗಮ್ಯತಾಮ್ ।
ವಿಶ್ವೋ ಗೃಹೀತ್ವಾ ಜೀವಸ್ಯ ಸ್ವಪ್ರಕಾಶವಿಶೇಷಕಮ್ ॥೪೯॥

ಕಂಠದೇಶಂ ಸಮಾಗತ್ಯ ಸಂಶ್ಲಿಷ್ಟಸ್ತೈಜಸೇನ ಯತ್ ।
ತದಾ ತು ತೈಜಸಃ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಪದಾರ್ಥಾನ್ವಾಸನಾಮಯಾನ್ ॥೫೦॥

ಪ್ರದರ್ಶಯತಿ ಜೀವಾಯ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥಾ ತದುಚ್ಯತೇ ।
ತೈಜಸಃ ಕಂಠದೇಶಾಚ್ಚ ವಿಶ್ವೇನ ಸಹ ಲೀಲಯಾ ॥೫೧॥

ತತ್ಪ್ರಕಾಶಂ ಸಮಾದಾಯ ಪ್ರಾಜ್ಞೇನಾಶ್ಲಿಷ್ಯತೇ ಹೃದಿ ।
ತದಾ ತು ಹೃದ್ಗತಃ ಪ್ರಾಣೋ ಗಿಲಿತ್ವಾ ಜೀವಮಿಂದಿರಾಂ ॥೫೨॥

ವಿಶೇತ್ತಮುದರೀಕೃತ್ಯ ಪ್ರಾಜ್ಞಮಾಲಿಂಗತೇ ರಮಾ ॥೫೩॥

ತಮೋಯೋಗ್ಯಸ್ಯ ಜೀವಸ್ಯ ಹ್ಯನಿತ್ಯಂ ಸೃಜತೇ ಸುಖಮ್ ।
ಏವಂ ಜೀವಃ ಸುಷುಪ್ತೋಽಂತರ್ನ ಬಾಹ್ಯಂ ವೇತ್ತಿ ಕಿಂಚನ ॥೫೪॥

ತದಾ ಜಾಗರ್ತಿ ವೈ ಕಾಮಂ ನಿರ್ಮಮಾಣಃ ಪರೋ ಹರಿಃ ।
ಸ ಏವ ಸುಪ್ತಜೀವಾನಾಂ ಹೃದಯೇಷು ವ್ಯವಸ್ಥಿತಃ ॥೫೫॥

ಜ್ಞಾನೈಶ್ವರ್ಯಪ್ರದಾತೃತ್ವಾದ್ಭೂತಿನಾಮಾ ಪರೋ ಹರಿಃ ।
ಏವಂ ಸುಪ್ತೇ ತು ಸಜ್ಜೀವೇ ವಾಯ್ವಾದ್ಯಾ ಭೂತಿನಾಮಕಮ್ ॥೫೬॥

ಭೂರಿತಿಶ್ವಾಸರೂಪೇಣ ಪ್ರಶಂಸಂತಿ ನಿರಂತರಮ್ ।
ಅಭೂರಿತಿ ಚ ದುರ್ಜೀವೇ ಭೂಃಶಬ್ದೋ ಭೂತಿವಾಚಕಃ ॥೫೭॥

ಯೋ ವೇದ ಭೂತಿನಾಮಾನಮಚಿರಾದ್ಭೂತಿಮಾಪ್ನುಯಾತ್ ।
ಪುನರ್ವಿಶ್ವಸ್ತೈಜಸೇನ ಸಾರ್ಧಂ ಜೀವಕಲಾವೃತಃ ॥೫೮॥

ಪುನಸ್ತೈಜಸಸಂಯುಕ್ತೇ ವಿಶ್ವೇ ಜೀವಕಾಲಾವೃತೇ ।
ಕಂಠಂ ಸಮಾಗತೇ ಸ್ವಪ್ನಃ ಪುನರ್ಭವತಿ ತತ್ರ ಹಿ ॥೫೯॥

ವಿಹಾಯ ತೈಜಸಂ ವಿಶ್ವೇ ಪುನಶ್ಚಕ್ಷುಃ ಸಮಾಗತೇ ।
ತದಾ ಜಾಗ್ರದವಸ್ಥಾ ಸ್ಯಾದೇವಂ ವಿಜ್ಞೇಯಮಂಜಸಾ ॥೬೦॥

ವಾಸುದೇವಸ್ತುರೀಯಾಖ್ಯಃ ಶೀರ್ಷೋಪರಿ ಸಮಾಸ್ಥಿತಃ ।
ವಾಸುದೇವಾಭಿಧೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲಸಂಸ್ಥಿತಃ ॥೬೧॥

ಆದಿತ್ಯನಾಮಕಶ್ಚಾಯಮಾದಾನಾತ್ಪುರುಷಾಯುಷಾಮ್ ।
ವಿಶ್ವಾದ್ಯಾ ಹೃದಯೇ ವಿಷ್ಣೋಃ ಪರಿತಸ್ತು ಸ್ಥಿತಾಃ ಸದಾ ॥೬೨॥

ವಾಸುದೇವೋ ಹಿ ಭಗವಾನ್ ದಕ್ಷಿಣಾಕ್ಷಿಸ್ಥಿತೋ ನೃಣಾಮ್ ।
ವಾಸುದೇವೋ ಹಿ ಯಚ್ಚಕ್ಷುರ್ಮಂಡಲಾದುತ್ಕ್ರಮಿಷ್ಯತಿ ॥೬೩॥

ತದಾ ಪಶ್ಯತಿ ವೈ ಜೀವೋ ಮಂಡಲಂ ತು ವಿರಶ್ಮಿಕಮ್
ನರಃ ಪ್ರಾಯಃ ಸಪ್ತರಾತ್ರಾದಧಿಕಂ ನ ಹಿ ಜೀವತಿ ॥೬೪॥

ಚಕ್ಷುರಂತಃಸ್ಥಿತೋ ಯಸ್ಮಾದ್ವಾಮನಃ ಸಂಗಮೋಜ್ಝಿತಃ ।
ವಸ್ತ್ವಸಂಗಮಭೂಚ್ಚಕ್ಷುಸ್ತಸ್ಮಾದ್ವೇದ್ಯಃ ವಾಮನಃ ॥೬೫॥

ಘ್ರಾಣೇಂದ್ರಿಯದಲ್ಲಿ ಭಗವದ್ರೂಪಗಳು

ನಾಸಾಭಿಮಾನಿನೌ ಜ್ಞೇಯಾವಶ್ವಿನೌ ಸ್ವರ್ಭಿಷಗ್ವರೌ ।
ತಯೋರ್ಧನ್ವಂತರಿಶ್ಚಿಂತ್ಯಃ ಸರ್ವವ್ಯಾಧಿನಿವಾರಕಃ ॥೬೬॥

ಋತಂಭರಶ್ಚ ಋಘಶ್ಚ ನಾಸಿಕಾಪುಟಯೋಃ ಸ್ಥಿತೌ ।
ನಾಸಿಕಾಯಾಂ ನತಸ್ಥಾನೇ ಸೂರ್ಯಲೋಕಃ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಃ ॥೬೭॥

ತತ್ರತ್ಯಾದಿತ್ಯಗೋ ವಿಷ್ಣುರಿರಾಮಯ ಇತೀರಿತಃ ।
ಇಚ್ಛಾನುರೂಪಂ ಹಿ ಸುಖಂ ಇರೇತಿ ಪರಿಕೀರ್ತಿತಮ್ ॥೬೮॥

ಇಚ್ಛಾನಂದಸ್ವರೂಪತ್ವಾತ್ಸ ಏವೋಕ್ತೋ ಹಿರಣ್ಮಯಃ ।
ಹಿರುಕ್ಸುಖಂ ಹಿರಣ್ಯಂ ಸ್ಯಾದಿತಿ ಸ್ವರ್ಣಮಯೋ ಹರಿಃ ॥೬೯॥

ಉಚ್ಛ್ವಾಸೇ ಭಾರತೀ ಜ್ಞೇಯಾ ಶ್ವಾಸೇ ಪ್ರಾಣಂ ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ।
ಪ್ರಾಣಶ್ಚ ಹಂಸನಾಮಾಸೌ ಉಪಾಸ್ತೇ ಹಂಸನಾಮಕಮ್ ॥೭೦॥

ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ದಕ್ಷಿಣಶ್ವಾಸೇ ವಾಮೇ ಸೋಮ ಉದಾಹೃತಃ ।
ಶ್ವಾಸಶ್ಚ ಹಂಸದೈವತ್ಯೋ ಹಂಸಃ ಪ್ರಾಣೇ ಸ್ಥಿತೋ ಹರಿಃ ॥೭೧॥

ಸರ್ವದೋಷವಿಹೀನತ್ವಾತ್ಸರ್ವಸಾರತ್ವತೋಽಪಿ ಚ ।
ಹಂಸ ಇತ್ಯುಚ್ಯತೇ ಸೋಽಪಿ ಪ್ರಾಣಸ್ಥಃ ಶುಚಿಷತ್ಸ್ಮೃತಃ ॥೭೨॥

ತಸ್ಮಾದೇತತ್ಪೂರಕಾದ್ಯೈಃ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮೋಽಘಶೋಷಣಃ ।

ವಾಗಭಿಮಾನಿದೇವತೆಗಳು

ಲೃಶಲ್ಯಾಜೀ ಚ ವಿಜ್ಞೇಯೌ ಗಂಡಯೋರೋಷ್ಠಯೋಃ ಸ್ಥಿತೌ ॥೭೩॥

ಏಕಾತ್ಮ್ಯೈರೌ ದಂತಪಂಕ್ತಿಸ್ಥಿತಾವೋಜೋಬ್ಭೃದೌರಸೌ ।
ಜಿಹ್ವಾಭಿಮಾನೀ ವರುಣೋ ಮತ್ಸ್ಯಸ್ತಸ್ಯ ನಿಯಾಮಕಃ ॥೭೪॥

ವಾಗಿಂದ್ರಿಯಸ್ಥಿತೋ ವಹ್ನಿಸ್ತಸ್ಮಿನ್ವೇದ್ಯೋ ವಿಷಾಸಹಿಃ ।
ತಥಾ ನಾರಾಯಣೀರೂಪಂ ರಾತ್ರಿಸೂಕ್ತಾಧಿದೈವತಮ್ ॥೭೫॥

ವಾಚ್ಯರ್ಥಗರ್ಭೋ ವಿಜ್ಞೇಯೋ ವಾಗ್ಗತಾ ಹಿ ಸರಸ್ವತೀ ।
ತತ್ರ ವಾಗೀಶ್ವರಃ ಸರ್ವಪಾಲನಾದಪಿ ಸರ್ವತಃ ॥೭೬॥

ವಿಶಿಷ್ಟತ್ವಾತ್ತವಿಃ ಪ್ರೋಕ್ತಃ ಪ್ರಲೀನಾಖಿಲಕುತ್ಸಿತಃ ।
ಕುಲೀತ್ಯುಕ್ತೋ ಹರಿಃ ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಸ್ತ್ರೀರೂಪೋ ಹಯಶೀರ್ಷಕಃ ॥೭೭॥

ಯೋ ಹಯ್ಯಾಸ್ಯಮುಪಾಸೀತ ತಸ್ಯ ವಿದ್ಯಾ ಫಲಿಷ್ಯತಿ ।

ಹಸ್ತಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಗವದ್ರೂಪ - ಪಂಚತೀರ್ಥಗಳು

ಪಾಣಿದ್ವಯಾಭಿಮಾನೀ ತು ಜ್ಞೇಯೋ ದಕ್ಷಂ ಪ್ರಜಾಪತಿಃ ॥೭೮॥

ಮಧುಘ್ನೋ ದಕ್ಷಿಣೇ ಹಸ್ತೇ ಕಪಿಲಾದ್ಯಾಶ್ಚ ಸಂಧಿಷು ।
ಮೂರ್ತಯಃ ಪಂಚ ವಿಜ್ಞೇಯಾ ಮಾತೃಕಾವರ್ಣದೇವತಾಃ ॥೭೯॥

ದಕ್ಷಿಣಾಂಗುಷ್ಠಮೂಲೇ ತು ತೀರ್ಥಂ ಬ್ರಾಹ್ಮಮುದಾಹೃತಮ್ ।
ಕನಿಷ್ಠಾಮೂಲಗಂ ಯತ್ತತ್ಪ್ರಾಜಾಪತ್ಯಂ ತದಾರ್ಷಕಮ್ ॥೮೦॥

ತರ್ಜನೀಮೂಲದೇಶೇ ತು ಪೈತೃಕಂ ತೀರ್ಥಮುತ್ತಮಮ್ ।
ಅಂಗುಲ್ಯಗ್ರೇ ದೇವತೀರ್ಥಮಾಗ್ನೇಯಂ ಕರಮಧ್ಯಗಮ್ ॥೮೧॥

ಜ್ಞಾತ್ವೈವಂ ಪಂಚತೀರ್ಥಾನಿ ತದ್ ದ್ವಾರಾ ಕೃತಮಕ್ಷಯಮ್ ।
ಶ್ರೀಧರೋ ವಾಮಹಸ್ತಸ್ಥಶ್ಶಾರ್ಙ್ಗಾದ್ಯಾಶ್ಚ ಸಂಧಿಗಾಃ ॥೮೨॥

ವೇದ್ಯಸ್ತುಂದೇ ಮನುರ್ದೇವಃ ಪರೋ ದಕ್ಷಿಣಪಾರ್ಶ್ವಕೇ ।
ವಾಮೇ ಜ್ಞೇಯಃ ಫಲೀ ಯಜ್ಞೋ ಹೃದಿ ಪೃಷ್ಠೇ ಸ್ಥಿತೋ ಬಲೀ ॥೮೩॥

ಕಟಿದೇಶೇಽನಿರುದ್ಧಶ್ಚ ಗುಹ್ಯೇ ಸ್ವಾಯಂಭುವೋ ಮನುಃ ।
ತಸ್ಮಿನ್ ಭಗೋ ಹರಿಶ್ಚಿಂತ್ಯಃ ಪ್ರಜಾಪತಿರಿತೀರಿತಃ ॥೮೪॥

ವಾಮದೇವ ಯಜ್ಞ

ರೇತೋಽಭಿಮಾನೀ ಚಾದಿತ್ಯಸ್ತಸ್ಮಿನ್ನಾದಿತ್ಯನಾಮಕಃ ।
ಪುಂರೂಪೋ ಭಗವಾನ್ ವಿಷ್ಣೂ ರೇತಸ್ಯಪಿ ಪುಮಾತ್ಮಕಃ ॥೮೫॥

ತಸ್ಮಾತ್ಪುಕ್ಲಾನ್ನ ಬೀಭತ್ಸೇದ್ ಭಾರ್ಯಾ ಭರ್ತೃಗತಾದ್ಭೃಶಮ್ ।
ಏವಂ ಸ್ತ್ರೀಲೋಹಿತೇಪ್ಯಗ್ನಿಸ್ತದ್ಗತೋಽಪ್ಯಗ್ನಿನಾಮಕಃ ॥೮೬॥

ಸ್ತ್ರೀರೂಪೀ ಸಂಸ್ಥಿತಸ್ತಸ್ಮಾನ್ನ ಬೀಭತ್ಸೇತ ಲೋಹಿತಾತ್ ।
ಪುಂಸ್ತ್ರೀರೂಪಾಭಿಯೋಗೇನ ಪಿತೃಸ್ಥಃ ಪುತ್ರತಾಮಿಯಾತ್ ॥೮೭॥

ಅಂಶಾಂಶಿತ್ವೇಚ್ಛಯಾ ವಿಷ್ಣುರ್ನ ಚೇದಿಚ್ಛಾ ನ ಸಂತತಿಃ ।
ಶುಕ್ಲಾಧಿಕೇ ಪುಮಾನೇವ ಕನ್ಯಾ ಸ್ಯಾಚ್ಛೋಣಿತೇऽಧಿಕೇ ॥೮೮॥

ತಯೋಃ ಸಮೇ ತು ಷಂಢಃ ಸ್ಯಾದೇತನ್ನ್ಯೂನಾಧಿಕಾಧಿಕಮ್ ।
ಆದಿತ್ಯಾಗ್ನಿನಿಯೋಗೇನ ಭವೇತ್ ಕರ್ಮಸ್ವಭಾವತಃ ॥೮೯॥

ಆನಂದಾಖ್ಯೋ ರಮೇತ ಸ್ತ್ರೀಪುಂಸ್ಥಿತಃ ಪುರುಷೋತ್ತಮಃ ।
ದಂಪತ್ಯೋಃ ಪ್ರೀತಿಮುತ್ಪಾದ್ಯ ಸ್ವೇಚ್ಛಯೈವ ನ ಚಾನ್ಯಥಾ ॥೯೦॥

ತಯೋಶ್ಚ ಮಿಥುನೀಭಾವಂ ಯಥಾ ನಯತಿ ಯದ್ಧರಿಃ ।
ತತಸ್ಸ ಮಿಥುನೋ ನಾಮ ಪಂಚಧಾऽತ್ರ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಃ ॥೯೧॥

ಕರೋತಿ ಋತುಸಂಕೇತಂ ತಸ್ಯಾಂ ಹಿಂಕಾರನಾಮಕಃ ।
ಸುಖಂ ಚಾನುಭವತ್ಯೇಷಃ ತಸ್ಮಿನ್ ಪ್ರಸ್ತಾವನಾಮಕಃ ॥೯೨॥

ಸ ಚ ಸ್ತ್ರೀಗತಯಾ ಶೇತೇ ರಮಯೋದ್ಗೀಥನಾಮಕಃ ।
ಪತಿಃ ಸ್ತ್ರೀಸಹಿತಃ ಶೇತೇ ಪ್ರತಿಹಾರಾಭಿಧೋ ಹರಿಃ ॥೯೩॥

ಕಾಲೋ ಗಚ್ಛತಿ ಯಃ ಪಾರಂ ತಸ್ಮಿನ್ ಸ ನಿಧನಾಭಿಧಃ ।
ಜ್ಞಾತ್ವೈವಂ ಪಂಚ ರೂಪಾಣಿ ಮಿಥುನಸ್ಥಾನಿ ವೈ ಹರೇಃ ॥೯೪॥

ಸ್ವಸ್ತ್ರೀಸಂಸರ್ಗತೋ ಯಾತಿ ವಾಮದೇವಾದ್ವರಂ ಫಲಮ್ ।
ತಸ್ಮಾದನೇಕಪತ್ನೀಕಃ ಪತ್ನೀಷ್ವೇಕಾಂ ನ ಚ ತ್ಯಜೇತ್ ॥೯೫॥

ಪತೀನಾಂ ತದ್‌ವ್ರತಂ ನೋ ಚೇದ್ ಭ್ರೂಣಹತ್ಯಾಂ ಚ ವಿಂದತಿ ।
ವಾಸುದೇವಾಭಿಧೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಯೋನೇಃ ಪ್ರಸವಶಕ್ತಿದಃ ॥೯೬॥

ತಸ್ಯಾಂ ಗರ್ಭವಿಘಾತಾದಿದೋಷಾನ್ ಸಂಶೋಧಯಿಷ್ಯತಿ ।
ಸಂಕರ್ಷಣಾಭಿಧಸ್ತ್ವಷ್ಟಾ ಗರ್ಭರೂಪವಿಧಾಯಕಃ ॥೯೭॥

ರೇತಃ ಸೇಚಯತೇ ತಸ್ಯಾಂ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಖ್ಯಃ ಪ್ರಜಾಪತಿಃ ।
ಅನಿರುದ್ಧಾಭಿಧೋ ಧಾತಾ ಗರ್ಭಾಧಾರಸ್ತದಾ ಜನಿಃ ॥೯೮॥

ಶ್ವಾಸೋಚ್ಛ್ವಾಸನಿರೋಧೋತ್ಥಕ್ಲೇಶನಾಶೋ ಭವತ್ಯತಃ ।
ಅನಿರುದ್ಧ ಇತಿ ಪ್ರೋಕ್ತಃ ಸ ಗರ್ಭಂ ಧಾರಯಿಷ್ಯತಿ ॥೯೯॥

ಸಂಗಕಾಲೇ ದ್ಯುಪರ್ಜನ್ಯಧರಾಪುಂಸ್ತ್ರೀಸ್ಥಿತಾನಿ ಚ ।
ನಾರಾಯಣಾದಿರೂಪಾಣಿ ಧ್ಯಾಯಮ್ ಸ್ವಸ್ತ್ರಿಯಮಶ್ನುತೇ ॥೧೦೦॥

ತಸ್ಯ ಸ್ತ್ರೀಸಂಗದೋಷೋऽಪಿ ಲಿಪ್ಯತೇ ನ ಕದಾಚನ ।

ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ದೇವತೆಗಳು

ಮಿತ್ರಾಪಾನೌ ಪಾಯುಸಂಸ್ಥೌ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಸ್ತತ್ರ ಸಂಸ್ಥಿತಃ ॥೧೦೧॥

ದಕ್ಷೋರುಸಂಧಿಷು ಜ್ಞೇಯಂ ಟಂಕ್ಯಾದೀನಾಂ ಚ ಪಂಚಕಮ್ ।
ವಾಮೋರುಸಂಧಿಷು ಜ್ಞೇಯಾಸ್ತಾರಾದ್ಯಾಃ ಪಂಚ ಮೂರ್ತಯಃ ॥೧೦೨॥

ಜಯಂತಃ ಪಾದಯೋಸ್ತಸ್ಮಿನ್ ಯಜ್ಞೋ ನಾರಾಯಣಃ ಸ್ಥಿತಃ ।
ದಕ್ಷಿಣಾಂಗುಷ್ಠದೇಶೇ ತು ವಾಯ್ವಧಿಷ್ಠಾನಸಂಸ್ಥಿತಃ ॥೧೦೩॥

ನಾರಾಯಣಸ್ತೀರ್ಥಪಾದೋ ದೇಹಾಧಾರತಯಾ ಸ್ಥಿತಃ ।
ತತ್ರ ಸರ್ವಾಣಿ ತೀರ್ಥಾನಿ ತಿಷ್ಠಂತ್ಯರಿಧರಾಜ್ಞಯಾ ॥೧೦೪॥

ತಸ್ಮಾತ್ಸುಪಾವನಂ ವಿಪ್ರಪಾದಪ್ರಕ್ಷಾಳನೋದಕಮ್ ।

ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗಜಯೋಪಾಯ

ವಾಕ್ಪಾಣಿಪಾದಶ್ರೋತ್ರಮನೋಹೃದಯಸ್ಥಾನೇಷು ಚ ॥೧೦೫॥

ಆಕಾಶಾಖ್ಯರಮಾರೂಪೇಷ್ವೇವಂ ರೂಪಾಣಿ ಚಿಂತಯೇತ್ ।
ವಿಷ್ಣೋಃ ಪ್ರಜ್ಞಾ ಪ್ರಿಯಾ ಸತ್ಯಾऽನಂತಾऽऽನಂದಾ ಸ್ಥಿತಿಃ ಕ್ರಮಾತ್ ॥೧೦೬॥

ಏತತ್‌ಷಡ್‌ರೂಪವಿಜ್ಞಾನೀ ಷಡರೀನ್ ಸ ತು ಜೇಷ್ಯತಿ ।
ವ್ಯಾಪ್ತಶ್ಚ ಹೃದಯಾಕಾಶೇ ಪುರುಷಾಖ್ಯೋऽನಿರುದ್ಧಕಃ ॥೧೦೭॥

ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಸ್ತಾಲುದೇಶಸ್ಥಃ ಇಂದ್ರಯೋನಿರಿತಿ ಸ್ಮೃತಃ ।
ಶೀರ್ಷಾಂತಃ ಕೇಶಮೂಲೇ ತು ವೀತಿಸಂಕರ್ಷಣಃ ಸ್ಥಿತಃ ॥೧೦೮॥

ಧ್ಯೇಯಃ ಶೀರ್ಷಕಪಾಲೋರ್ಧ್ವಂ ವಾಸುದೇವೋऽವ್ಯಯೋ ಹರಿಃ ।
ಹೃದಯಾಂತಃಸ್ಥಿತೋ ವಿಷ್ಣುರ್ವಿಜ್ಞೇಯೋ ವಾಮನಾಭಿಧಃ ॥೧೦೯॥

ಉಪಾಸ್ಯಃ ಸರ್ವದೇವೈಶ್ಚ ಪ್ರಾಣಾಪಾನಾದಿಚೇಷ್ಟಕಃ ।
ಹೃತ್ಪದ್ಮಸಂಸ್ಥಿತೋಪಾಸ್ಯಾ ಗಾಯತ್ರೀ ಬ್ರಹ್ಮಸಂಮಿತಾ ॥೧೧೦॥

ಗಾಯತ್ರ್ಯಂತಃಸ್ಥಿತೋ ವಿಷ್ಣುರ್ಗಾಯತಿ ತ್ರಾಯತೇ ಯತಃ ।
ಗಾಯತ್ರೀನಾಮಕೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಸ ಪ್ರಾಣಃ ಸ ಉದಾಹೃತಃ ॥೧೧೧॥

ಪ್ರಾಣಾಗ್ನಿಹೋತ್ರ

ಪ್ರಾಣಾರ್ಕದ್ವಾರಪೋಪಾಸ್ಯಃ ಪ್ರಾಣಾಗ್ನಾವೇವಮೇವ ಹಿ ।
ಮುಖಸ್ಥಾಹವನೀಯಾಗ್ನೌ ಹೋತಾ ಪ್ರಾಣೋ ಹೃದಿ ಸ್ಥಿತಃ ॥೧೧೨॥

ಪ್ರಾಣಾಗ್ನಿಸ್ಥಹರೇಃ ಪೂರ್ವದ್ವಾರಪಃ ಪ್ರಾಣಭಾಸ್ಕರಃ ।
ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಪ್ರಾಣಾದ್ಯಧಿಷ್ಠಾನಂ ಕ್ರಮೇಣಾಹುತಿದಾನತಃ ॥೧೧೩॥

ಪ್ರಾಣಾನಾಮನಿರುದ್ಧಾತ್ಮಾ ತೃಪ್ತೋ ವೈಶ್ವಾನರೋ ಹರಿಃ ।
ನಾಭಿಸ್ಥದಕ್ಷಿಣಾಗ್ನೌ ತು ಬ್ರಹ್ಮಾ ವ್ಯಾನಶ್ಶರೀರಗಃ ॥೧೧೪॥

ಅಗ್ನ್ಯಂತಸ್ಥಹರೇರ್ದಕ್ಷದ್ವಾಸ್ಸ್ಥೋ ವ್ಯಾನನಿಶಾಕರಃ ।
ವ್ಯಾನಸೋಮೇಂದ್ವಧಿಷ್ಠಾನಕ್ರಮೇಣಾಹುತಿದಾನತಃ ॥೧೧೫॥

ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾತ್ಮಾ ವ್ಯಾನನಾಮಾ ತೃಪ್ತೋ ವೈಶ್ವಾನರೋ ಹರಿಃ ।
ತತೋ ಹೃದಿ ಸ್ಥಿತೇ ವಹ್ನೌ ಗಾರ್ಹಪತ್ಯಾಭಿಧೇ ಶುಭೇ ॥೧೧೬॥

ಭವೇದಪಾನಶ್ಚೋದ್ಗಾತಾ ವಾಯುಸ್ಥೋಽಗ್ನಿಗತಸ್ಯ ಚ ।
ಪ್ರತ್ಯಗ್ದ್ವಾಸ್ಸ್ಥೋ ಹ್ಯಪಾನಾಗ್ನಿಸ್ತದ್ವಾರಾಹುತಿದಾನತಃ ॥೧೧೭॥

ಸಂಕರ್ಷಣಸ್ತ್ವಪಾನಾಖ್ಯಃ ತೃಪ್ತೋ ವೈಶ್ವಾನರೋ ಹರಿಃ ।
ನಾಭ್ಯುತ್ತರಸ್ಥಿತೇ ವಹ್ನಾವಾವಸಥ್ಯಾಭಿಧಃ ಸ್ಮೃತಃ ॥೧೧೮॥

ಯಜಮಾನೋ ನಾಭಿಸಂಸ್ಥಃ ಸಮಾನಾಗ್ನಿಗತಶ್ಚ ಯಃ ।
ಉದಗ್ದ್ವಾಸ್ಥಃ ಸಮಾನೇಂದ್ರಸ್ತತ್ಕ್ರಮಾಹುತಿದಾನತಃ ॥೧೧೯॥

ವಾಸುದೇವಃ ಸಮಾನಾಖ್ಯಸ್ತೃಪ್ತೋ ವೈಶ್ವಾನರೋ ಹರಿಃ ।
ನಾಭಿದಕ್ಷಸ್ಥಸಭ್ಯಾಗ್ನಾವಧ್ವರ್ಯುಃ ಕಂಠಗೋಽನಿಲಃ ॥೧೨೦॥

ರಮಾವಿಷ್ಟಾಕಾಶನಾಮಕೋದಾನೋ ವಾಯುರೂರ್ಧ್ವಗಃ ।
ಆಕಾಶಾಖ್ಯರಮಾ ವಿಷ್ಣೋಃಶ್ಚೋರ್ಧ್ವದ್ವಾಸ್ಸ್ಥೋ ದ್ಯುನಾಮಕಃ ॥೧೨೧॥

ಉದಾನವಾಯ್ವಧಿಷ್ಠಾನಕ್ರಮೇಣಾಹುತಿದಾನತಃ ।
ನಾರಾಯಣ ಉದಾನಾಖ್ಯಸ್ತೃಪ್ತೋ ವೈಶ್ವಾನರೋ ಹರಿಃ ॥೧೨೨॥

ವಿಶ್ವೈರ್ಗುಣೈರುಪೇತತತ್ವಾದ್ವೈಶ್ವೋಽನಂತತ್ವತೋ ನರಃ ।
ವೈಶ್ವಾನರ ಇತಿ ಪ್ರೋಕ್ತಃ ಸೋಽಗ್ರ್ಯ ಇತ್ಯಗ್ನಿರೀರಿತಃ ॥೧೨೩॥

ಪಂಚಪ್ರಾಣಾತ್ಮಕೋ ವಾಯುರ್ಯಜ್ಞೋಽಸ್ಮಿನ್ ಸಂಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಃ ।
ಅತೋ ವಾಯುರ್ಯಜ್ಞನಾಮಾ ಯಜತ್ಯಗ್ನಿಗತಂ ಹರಿಮ್ ॥೧೨೪॥

ತಸ್ಮಾತ್ಪ್ರಾಣಾದಿಸಂಯುಕ್ತೋ ಜೀವದತ್ತಾನ್ನಮುತ್ತಮಮ್ ।
ಪಚತ್ಯೇಷ ಶುಭಂ ಸಾರಂ ಸ್ವೀಕರೋತಿ ನ ಚಾಪರಮ್ ॥೧೨೫॥

ತಸ್ಮಾದ್ವೈಶ್ವಾನರಸ್ತೃಪ್ತಃ ತೃಪ್ತಾಶ್ಚ ದ್ವಾರದೇವತಾಃ ।
ಏತದ್ವಿದ್ಯಾಸಾಧಕಸ್ಯ ಪ್ರಯಚ್ಛತ್ಯಕ್ಷಯಂ ಪದಮ್ ॥೧೨೬॥

ಕೇಚಿತ್ಪ್ರಾಣಾಗ್ನಿಖಂಡೋಕ್ತಾಃ ಪ್ರಾಣಾಪಾನಾದ್ಯನುಕ್ರಮಾತ್ ।
ವ್ಯವಸ್ಥಾಭೇದಮಾಶ್ರಿತ್ಯ ಜಯಂತಿ ಪ್ರಾಣಪಂಚಕಮ್ ॥೧೨೭॥

ಜಠರಾಗ್ನಿಸ್ಥಿತಂ ಚಾಗ್ನಿದೇವಂ ವೈಶ್ವಾನರಂ ಹರಿಮ್ ।

ಭೋಜನದಲ್ಲಿ ಪಂಚರೂಪಗಳು

ಪಂಚಾತ್ಮಕೋ ಹರಿಃ ಸಾಕ್ಷಾದ್‌ಭೋಕ್ತ್ರೂಣಾಂ ಹೃದಯೇ ಸ್ಥಿತಃ ॥೧೨೮॥

ಸಂಕರ್ಷಣಶ್ಚ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನೋ ಭೋಕ್ತುರ್ಭೋಜನಶಕ್ತಿದೌ ।
ಭೋಕ್ತಾರೌ ಚ ವಿಶೇಷೇಣ ವಾಸುದೇವೋಽವಕಾಶದಃ ॥೧೨೯॥

ನಾರಾಯಣಾನಿರುದ್ಧೌ ತು ಭೋಜ್ಯವಸ್ತುಷು ಸಂಸ್ಥಿತೌ ।
ಏವಂ ಪಂಚಾತ್ಮಕಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಸ ಭವೇದಮೃತಾಶನಃ ॥೧೩೦॥

ಆತ್ಮಾಂತರಾತ್ಮನಾ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ದ್ವಿಧಾ ಭೂತ್ವಾ ಹೃದಿ ಸ್ಥಿತಃ ।
ಜೀವಸತ್ಕರ್ಮಜನಿತಂ ರಸಮಶ್ನಾತಿ ನಿತ್ಯಶಃ ॥೧೩೧॥

ವಾಯುಃ ಪ್ರಸ್ತೌತ್ಯವಿಚ್ಛಿನ್ನಘೋಷರೂಪೇಣ ಸರ್ವದಾ ।
ಕರ್ಣೌ ಪಿಧಾಯ ಸರ್ವೈಸ್ಸ ಶ್ರೂಯತೇ ಲೋಕಮಂಗಳಃ ॥೧೩೨॥

ಘೋಷರೂಪಾ ಸ್ತುತಿರ್ನೈವ ಶ್ರೂಯತೇ ಯೇನ ಜಂತುನಾ ।
ಅಚಿರೇಣೈವ ಕಾಲೇನ ಸ ದೇಹಾದುತ್ಕ್ರಮಿಷ್ಯತಿ ॥೧೩೩॥

ಯ ಏವಂ ವೇದ ತೇನೈವ ಸ್ತುತ ಏವ ಭವೇದ್ಧರಿಃ ।

ದೇಹರಥ

ವಿಷ್ಣೋರಾಯತನಂ ದಿವ್ಯಂ ದೇಹಾಖ್ಯಂ ವೈಷ್ಣವಂ ರಥಮ್ ॥೧೩೪॥

ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ಸೂರ್ಯಭಾರ್ಯಾ ಚ ಚಕ್ರುರ್ದ್ವಯಸಮಾಶ್ರಿತೌ ।
ವಾಜಿರೂಪೌ ತಥಾ ಸೋಮಸ್ತತ್ಪತ್ನೀ ಚ ಶ್ರುತಿಸ್ಥಿತೌ ॥೧೩೫॥

ಹಯಾಕಾರಾ ವಹಂತ್ಯೇತೇ ತದ್ಬಂಧಪ್ರಗ್ರಹಾತ್ಮಿಕಾ ।
ಉಮಾ ವಾಚಿ ಸ್ಥಿತಾ ಜ್ಞೇಯಾ ತತ್ಪತಿರ್ಮನಸಿ ಸ್ಥಿತಃ ॥೧೩೬॥

ಸಂಪ್ರೋಕ್ತಸ್ಸಾರಥಿಸ್ತಸ್ಮಿನ್ ರಥೇ ಪ್ರಾಣಃ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಃ ।
ಪ್ರಕೃಷ್ಟಜ್ಞಾನರೂಪತ್ವಾತ್ ಪ್ರಾಣೋ ವೈ ವಿಶ್ವನಾಮಕಃ ॥೧೩೭॥

ಅಧಿತಿಷ್ಠತಿ ವೈ ವಿಷ್ಣುಸ್ತಸ್ಮಾದ್ದೇಹಮಲಂಕುರು ।

ಸುಷುಮ್ನಾನಾಡಿ - 32 ಕಮಲಗಳ ವಿವರ

ಏತಾದೃಶಸ್ಯ ದೇಹಸ್ಯ ವೃಷಣಾಸನಯೋರಪಿ ॥೧೩೮॥

ಮಧ್ಯೇ ಕಂದಂ ವಿಜಾನೀಯಾದ್ವರ್ತುಲಂ ದ್ವ್ಯಂಗುಲೋಚ್ಛ್ರಿತಮ್ ।
ಚತುರಂಗುಲವಿಸ್ತಾರಂ ದೇಹಾಧಾರಂ ಮಹತ್ತರಮ್ ॥೧೩೯॥

ಆಸ್ಥಾನಂ ಸರ್ವನಾಡೀನಾಂ ಮೂಲಾಧಾರಂ ತದುಚ್ಯತೇ ।
ತನ್ಮಧ್ಯದೇಶಮಾರಭ್ಯ ತ್ವಾಮೂರ್ಧಾನಮೃಜು ಸ್ಥಿತಾ ॥೧೪೦॥

ಸೂಕ್ಷ್ಮಾ ಸುಷುಮ್ನಾ ವಿಜ್ಞೇಯಾ ವೇಣುವದ್ವಿವರಾನ್ವಿತಾ ।
ಸೈವ ಪಂಚವಿಶೇಷಾಂಶಾ ವಜ್ರಿಕಾಯಾ ಪ್ರಕಾಶಿನೀ ॥೧೪೧॥

ವೈದ್ಯುತಾ ಬ್ರಹ್ಮನಾಡೀತಿ ವಿಜ್ಞೇಯಾ ಸಾಯಕಾದಿವತ್ ।
ಸುಷುಮ್ನಾಮೂಲಮಾರಭ್ಯ ವಜ್ರಿಕಾದ್ಯಂಶಕೇಷು ಚ ॥೧೪೨॥

ಪಂಚಪಂಚಾರವಿಂದಾನಿ ಹ್ಯಾಮೂರ್ಧಾನಂ ತು ಯೋಜಯೇತ್ ।
ಪೃಷ್ಠಾಂಶವಜ್ರಿಕಾಸಂಸ್ಥಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಶ್ಚ ಹರಿತ್ಪ್ರಭಃ ॥೧೪೩॥

ವಾಮಾಂಶಾಯಾಗತಶ್ಚಿಂತ್ಯೋ ನೀಲವರ್ಣೋಽನಿರುದ್ಧಕಃ ।
ತತ್ಪುರೋಂಽಶಪ್ರಕಾಶಿನ್ಯಾಂ ವಾಸುದೇವಃ ಸಿತಪ್ರಭಃ ॥೧೪೪॥

ದಕ್ಷಾಂಶವೈದ್ಯುತಾಸಂಸ್ಥಃ ಪಿಂಗಃ ಸಂಕರ್ಷಣೋಽಚ್ಯುತಃ ।
ಮಧ್ಯಾಂಶಬ್ರಹ್ಮನಾಡ್ಯಾಂ ತು ಧ್ಯೇಯೋ ನಾರಾಯಣೋಽರುಣಃ ॥೧೪೫॥

ಸುಷುಮ್ನಾಮೂಲದೇಶಸ್ಯ ಚತುರ್ದಿಕ್ಷು ಚ ಮಧ್ಯತಃ ।
ಚತುಷ್ಪತ್ರಾರುಣಾಬ್ಜಾನಾಂ ಪಂಚಕಂ ತೇಷ್ವನುಕ್ರಮಾತ್ ॥೧೪೬॥

ಚಿಂತಯೇದನಿರುದ್ಧಾದಿಪಂಚರೂಪಾಣಿ ಸಾಧಕಃ ।
ತತಃ ಸುಷುಮ್ನಾಸಂಸಕ್ತನಾಭಿಸಂಸ್ಥೇಷು ಪಂಚಸು ॥೧೪೭॥

ಷಡ್‌ದಲಾರುಣಪದ್ಮೇಷು ಹ್ಯನಿರುದ್ಧಾದಿಕಾನ್ ಸ್ಮರೇತ್ ।
ಸುಷುಮ್ನಾಮಧ್ಯದೇಶಸ್ಥಂ ಹೃತ್ಪದ್ಮಂ ಚಾಷ್ಟಪತ್ರಕಮ್ ॥೧೪೮॥

ದ್ವಾತ್ರಿಂಶತ್ಕೇಸರೋಪೇತಮಮಲಾರುಣಕಾಂತಿಮತ್ ।
ಅಂತಃ ಕುಂಚಿತಪತ್ರತ್ವಾದಧೋಮುಖಮಿತಿ ಸ್ಮೃತಮ್ ॥೧೪೯॥

ತನ್ನಾಡ್ಯುದ್ಗತನಾಲತ್ವಾದೂರ್ಧ್ವನಾಲಮಿತೀರಿತಮ್ ।
ಏತತ್ಪದ್ಮೋದರಂ ದಿವ್ಯಂ ಸಂಪುಟಂ ತತ್ತ್ವಚಕ್ಷತೇ ॥೧೫೦॥

ತತ್ಕರ್ಣಿಕಾಸ್ಥಿತಂ ಬಿಂಬಂ ಧ್ಯಾಯೇನ್ನಾರಾಯಣಾಭಿಧಮ್ ।
ತಚ್ಚತುಷ್ಪಾರ್ಶ್ವಗೇಷ್ವಷ್ಟ ಪತ್ರಾಬ್ಜೇಷ್ವಪಿ ಚಿಂತಯೇತ್ ॥೧೫೧॥

ಅನಿರುದ್ಧಾದಿಚತ್ವಾರಿ ರೂಪಾಣಿತ್ಯಬ್ಜಪಂಚಕಮ್ ।
ಹೃದಯೋರ್ಧ್ವಪ್ರದೇಶೇಽಪಿ ದ್ವಿಷಟ್ ಪತ್ರಾರುಣಾಂಬುಜಮ್ ॥೧೫೨॥

ತಸ್ಮಿನ್ ಪಂಚಾತ್ಮಕೋ ವಿಷ್ಣುರ್ಧ್ಯೇಯಃ ಸಿದ್ಧಿಮಭೀಪ್ಸತಾ ।
ಕಂಠೇ ಸುಷುಮ್ನಾ ಸಂಸಕ್ತಾ ತಾಲುಮಧ್ಯೇ ಚ ದಿಕ್ಷ್ವಪಿ ॥೧೫೩॥

ದ್ವಿದಲಶ್ವೇತಪತ್ರಾಬ್ಜೇಷ್ವನಿರುದ್ಧಾದಿಕಾನ್ ಸ್ಮರೇತ್ ।
ಭ್ರುವೋರಂತಃ ಸುಷುಮ್ನಾಯಾಃ ಪಾರ್ಶ್ವಮಧ್ಯಸ್ಥಿತೇಷು ಚ ॥೧೫೪॥

ಚತುರ್ದಲಸಿತಾಬ್ಜೇಷು ಹ್ಯನಿರುದ್ಧಾದಿಪಂಚಕಮ್ ।
ಮೂರ್ಧ್ನ್ಯಂತಸ್ಥಸುಷುಮ್ನಾಯಾಶ್ಚತುಷ್ಪಾರ್ಶ್ವಗತೇಷು ಚ ॥೧೫೫॥

ದ್ವಾದಶಶ್ವೇತಪತ್ರಾಬ್ಜಪಂಚಕೇಷು ಯಥಾಕ್ರಮಮ್ ।
ಚಿಂತಯೇದನಿರುದ್ಧಾದಿಪಂಚರೂಪಾಣಿ ವೈ ಹರೇಃ ॥೧೫೬॥

ಏತನ್ಮೂರ್ಧಾನಮಾರಭ್ಯ ದ್ವಾದಶಾಂಗುಲಿಕೋಪರಿ ।
ಸಚ್ಛತ್ರವದ್‌ದ್ವಿಷಟ್‌ಶ್ವೇತಪತ್ರಾಬ್ಜಂ ತತ್ರ ಚಿಂತಯೇತ್ ॥೧೫೭॥

ತುರೀಯಾಖ್ಯಂ ವಾಸುದೇವಂ ಮೋಕ್ಷದಂ ಕರ್ಮಸಾಕ್ಷಿಣಮ್ ।
ಏವಂ ದ್ವಾತ್ರಿಂಶದಬ್ಜಸ್ಥಮಚ್ಯುತಂ ಚಿಂತಯೇದ್ಧರಿಮ್ ॥೧೫೮॥

ತಜ್ಞಾನಧ್ಯಾನಸಾಮರ್ಥ್ಯಾದ್‌ಭವಬಂಧಾದ್ವಿಮುಚ್ಯತೇ ।
ಸುಷುಮ್ನಾಯಾಶ್ಚತುರ್ದಿಕ್ಷು ಜ್ಞೇಯಾಃ ಪೂರ್ವಾದಿಷು ಕ್ರಮಾತ್ ॥೧೫೯॥

ಧಾರಿಣೀ ಪಿಂಗಲಾ ಚೈವ ವಜ್ರಿಕೇಲೇತಿ ನಾಡಿಕಾಃ ।
ಸುಷುಮ್ನಾ ಬ್ರಹ್ಮದೈವತ್ಯಾ ಪಿಂಗಳಾ ಸೂರ್ಯದೈವಿಕಾ ॥೧೬೦॥

ಇಲಾ ವೈ ಚಂದ್ರದೈವತ್ಯಾ ವಿಜ್ಞೇಯಾಸ್ತಾ ಯಥಾಕ್ರಮಮ್ ।
ಧಾರಿಣ್ಯಾಂ ವಾಸುದೇವಾಖ್ಯಃ ಸ್ಫಟಿಕಾಮಲಕಾಂತಿಮಾನ್ ॥೧೬೧॥

ಪಿಂಗಳಾಯಾಂ ಪಿಂಗಳಾಭಶ್ಚಿಂತ್ಯಃ ಸಂಕರ್ಷಣಾಭಿಧಃ ।
ವಜ್ರಿಕಾಯಾಂ ಪೀತವರ್ಣೋ ವೇದ್ಯಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನನಾಮಕಃ ॥೧೬೨॥

ಇಲಾಯಾಮನಿರುದ್ಧಾಖ್ಯಶ್ಚಿಂತ್ಯಃ ಶ್ಯಾಮಲದೀಪ್ತಿಮಾನ್ ।
ಚತುರ್ವ್ಯಾಹೃತಿವಾಚ್ಯಾಸ್ತೇ ಚತುರ್ನಾಡೀನಿಯಾಮಕಾಃ ॥೧೬೩॥

ಮಧ್ಯೇ ನಾರಾಯಣೋ ಧ್ಯೇಯಸ್ತರುಣೋಽರುಣಭಾಸ್ವರಃ ।

ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಭಗವದುಪಾಸನೆ

ಏತಾನ್ಯೇವ ಸ್ವರೂಪಾಣಿ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲಗಾನ್ಯಪಿ ॥೧೬೪॥

ಪ್ರಾಚ್ಯಾಂ ದ್ವಿಶತರಕ್ತಾಂಶುಸಂಸ್ಥಿತೋ ಮಧುನಾಮಕಃ ।
ಋಗ್ವಾಚ್ಯೋ ವಾಸುದೇವೋಽಗ್ನಿರ್ದ್ಯುತಿರ್ವಸ್ವಗ್ನ್ಯುಪಾಸಿತಃ ॥೧೬೫॥

ದಕ್ಷೇ ದ್ವಿಶತಗೌರಾಂಶುಸಂಸ್ಥಿತೋ ಮಧುನಾಮಕಃ ।
ಶುಕ್ಲವರ್ಣೋ ಯಜುರ್ವೇದವಾಚ್ಯಃ ಸಂಕರ್ಷಣಃ ಸ್ಮೃತಃ ॥೧೬೬॥

ವಿಧುವಿದ್ಯೋತಿತಃ ಸೇವ್ಯೋ ರುದ್ರೈರ್ವಾಯುಪುರಸ್ಸರೈಃ ।
ಪ್ರತ್ಯಕ್ಶತದ್ವಯಶ್ಯಾಮರಶ್ಮಿಸ್ಥಃ ಶ್ಯಾಮವರ್ಣಕಃ ॥೧೬೭॥

ಸಾಮವೇದಾದಿಸಂವಾಚ್ಯಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನೋ ಮಧುನಾಮಕಃ ।
ಸಾಮಾಭಿಮಾನಿಭಿಃ ಸೂರ್ಯೈರುಪಾಸ್ಯಃ ಸಾಮನಾಮಕೈಃ ॥೧೬೮॥

ಉದಗ್‌ದ್ವಿಶತನೀಲಾಂಶುಸಂಸ್ಥಿತೋ ನೀಲವರ್ಣಕಃ ।
ಅಥರ್ವವೇದೇತಿಹಾಸಪುರಾಣಪ್ರತಿಪಾದಿತಃ ॥೧೬೯॥

ಮಧುನಾಮಾನಿರುದ್ಧಶ್ಚ ಮರುದ್ಭಿಃ ಸೋಮಪೂರ್ವಕೈಃ ।
ಉಪಾಸ್ಯಃ ಸೂರ್ಯಮಧ್ಯಸ್ಥಪೀತೋರ್ಧ್ವದ್ವಿಶತಾಂಶುಗಃ ॥೧೭೦॥

ಅನಂತವೇದವ್ಯೋದ್ಯೋಽಸಾವುಪಾಸ್ಯೋ ಮಧುನಾಮಕಃ ।
ನಾರಾಯಣಃ ಪ್ರೋದ್ಯದರ್ಕದ್ಯುತಿರ್ವೇದಾಭಿಮಾನಿಭಿಃ ॥೧೭೧॥

ಬ್ರಹ್ಮವಾಗ್ವಾರುಣೀಶೇಷಸೌಪರ್ಣೇದಗರುಡಾದಿಭಿಃ ।
ಸರ್ವದೋಪಾಸ್ಯತೇ ಸೂರ್ಯೇ ಪಂಚಧಾಽವಸ್ಥಿತೋ ಹರಿಃ ॥೧೭೨॥

ಮಾರ್ಗತ್ರಯ

ಪಿಂಗಳಾ ದಕ್ಷಿಣಾ ನಾಡೀ ಇಲಾ ವಾಮಾ ಪ್ರಕೀರ್ತಿತಾ ।
ಪಿಂಗಳಾಂಶಾಃ ಪಂಚಶತನಾಡ್ಯೋ ವೈ ದಕ್ಷಿಣಾಯನಾಃ ॥೧೭೩॥

ಏತಾಶ್ಚ ದಕ್ಷಿಣಾ ನಾಡ್ಯಃ ತಿರ್ಯಗ್ವಾಮೇ ಪ್ರಸಾರಿತಾಃ ।
ಆತತಾಶ್ಚಾಽಸು ಸೂರ್ಯಸ್ಯ ದಕ್ಷಿಣಾಯನರಶ್ಮಯಃ ॥೧೭೪॥

ದಕ್ಷಿಣಾಯನಮಾರ್ಗೋಽಯಂ ಧೂಮಾದಿರಿತಿ ವಿಶ್ರುತಃ ।
ಪಿತೃಯಾನಂ ತಮೇವಾಽಹುಃ ಸೃತಿಸ್ಥಾನಂ ವಿಧೀಯತೇ ॥೧೭೫॥

ಇಲಾಂಶಾಶ್ಚ ಶತಂ ಪಂಚ ನಾಡ್ಯಶ್ಚೈವೋತ್ತರಾಯಣಾಃ ।
ಉತ್ತರಾಯಣನಾಡ್ಯಸ್ತು ತಿರ್ಯಗ್‌ದಕ್ಷಿಣಸಂಸ್ಥಿತಾಃ ॥೧೭೬॥

ತಾಸ್ವಾತತಾಶ್ಚ ಸೂರ್ಯಸ್ಯ ರಶ್ಮಯಶ್ಚೋತ್ತರಾಯಣಾಃ ।
ಉತ್ತರಾಯಣಮಾರ್ಗೋಽಯಮರ್ಚಿರಾದಿರಿತಿ ಸ್ಮೃತಃ ॥೧೭೭॥

ದೇವಯಾನಂ ಬ್ರಹ್ಮಯಾನಂ ತಮೇವಾಽಹುರ್ಮನೀಷಿಣಃ ।
ಯೇ ಚ ಧೂಮಾದಿಮಾರ್ಗಸ್ಥಾಃ ಯಾವದ್ದೇಹಸ್ಥಿತಾಂಶುಭಿಃ ॥೧೭೮॥

ನಿರ್ಯಾಂತಿ ವಾಮಕರ್ಣಾಂತೇ ತಮೋಗಾಃ ಪಿತೃಯಾನಗಾಃ ।
ಯೇ ಚಾರ್ಚಿರಾದಿಮಾರ್ಗಸ್ಥಾಃ ಮುಕ್ತಿಯೋಗ್ಯಾಶ್ಚ ಮಾನುಷಾಃ ॥೧೭೯॥

ತೇ ಯಾಂತಿ ದಕ್ಷಿಣಾತ್ಕರ್ಣಾದ್ರಶ್ಮಿಭಿರ್ದೇವಯಾನಗಾಃ ।
ಯೇ ತು ಸಾಧನಸಂಪನ್ನಾಃ ಪಕ್ವಾಃ ಪ್ರಾರಬ್ಧಭೋಗಿನಃ ॥೧೮೦॥

ಅನಾದಿಲಿಂಗದೇಹಸ್ಯ ಭಂಗಕಾಲ ಉಪಸ್ಥಿತೇ ।
ಯೋಗಪ್ರಭಾವಾದ್ದಿವ್ಯಸ್ಯ ಸ್ವಮನಃ ಪರಮಾತ್ಮನಿ ॥೧೮೧॥

ಪೃಥಿವ್ಯಾದಿಕ್ರಮೇಣೈವ ಹ್ಯವ್ಯಕ್ತಾಂತಂ ನಿಯೋಜ್ಯ ಚ ।
ತತ್ವಾಭಿಮಾನಿನೋ ದೇವಾನ್ ಕ್ರಮಾತ್ಸಂಯೋಜ್ಯ ತೈಃ ಸಹ ॥೧೮೨॥

ಸ್ವಾಂತಸ್ಥಹರಿಣಾ ಸಾಕಂ ಜೀವಾಸ್ತೇ ಬ್ರಹ್ಮಯಾನಗಾಃ ।
ಸುಷುಮ್ನಾಮಾರ್ಗತೋ ಬ್ರಹ್ಮರಂಧ್ರಾದುತ್ಕ್ರಮ್ಯ ವಾಯುನಾ ॥೧೮೩॥

ಸಾರ್ಧಂ ಬ್ರಹ್ಮಪದಂ ಪ್ರಾಪ್ಯ ತೇನ ಯಾಂತಿ ಪರಂ ಪದಮ್ ।
ಏತನ್ಮಾರ್ಗತ್ರಯಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಸಮ್ಯಕ್ ಮುಕ್ತಿಪಥಂ ವಿಶೇತ್ ॥೧೮೪॥

ಶೇಷಮಾರ್ಗ

ದೇವಾನಾಂ ಲಯಮಾರ್ಗೌ ದ್ವೌ ಸಂಪ್ರೋಕ್ತೌ ಶೇಷಗಾರುಡೌ ।
ಗಂಧರ್ವಪ್ರಮುಖಾಃ ಸರ್ವೇ ಯೇ ಚ ದೇವಾನುಗಾಶ್ಚ ತೇ ॥೧೮೫॥

ಪ್ರವಿಶಂತಿ ಕುಬೇರಂ ವೈ ಕುಬೇರೋಽಪ್ಪತಿನಾ ಸಹ ।
ಸೋಮಂ ವಿಶತಿ ವೈ ಸೋಮೋ ವಿಷ್ವಕ್ಸೇನಾದಿಕೈಃ ಸಹ ॥೧೮೬॥

ಪಾರ್ಷದೈರನಿರುದ್ಧಂ ಚ ಹ್ಯನಿರುದ್ಧೋಽಪಿ ಯೋಗಿಭಿಃ ।
ಸನಕಾದ್ಯೈಸ್ತತಃ ಕಾಮಂ ಕಾಮದೇವಸ್ತು ವಾರುಣೀಮ್ ॥೧೮೭॥

ವಾರುಣೀ ಸ್ವಪತಿಂ ಶೇಷಂ ಶೇಷದೇವಃ ಸರಸ್ವತೀಮ್ ।
ಪ್ರವಿಶತ್ಯಬ್ಜಜಂ ವಾಣೀ ಬ್ರಹ್ಮಾ ತೇಡೋಽಭಿಧಾಂ ಶ್ರಿಯಮ್ ॥೧೮೮॥

ಶ್ರೀದೇವೀ ವಿಷ್ಣುಸಾಮೀಪ್ಯಲಕ್ಷಣಂ ಸಂಗಮೇಷ್ಯತಿ ।
ಶೇಷಮಾರ್ಗೋಽಯಮುದ್ದಿಷ್ಟಃ ತದುಕ್ತಾನಾಂ ಸಮಾಸತಃ ॥೧೮೯॥

ಗಾರುಡಮಾರ್ಗ

.... ತತೋ ಗಾರುಡ ಉಚ್ಯತೇ ॥೧೮೯॥

ವರ್ಣಾಶ್ರಮೋಚಿತಾಚಾರಾ ಯೇ ಪ್ರೋಕ್ತಾ ಮಾನುಷೋತ್ತಮಾಃ ।
ನಿರ್ಋತಿಃ ಪಿತರಃ ಸರ್ವೇ ತಥಾ ವೈವಸ್ವತಾದಯಃ ॥೧೯೦॥

ಮನವಶ್ಚೈವ ಪೃಥ್ವಾದ್ಯಾ ಯೇ ಪ್ರೋಕ್ತಾ ರಾಜಸತ್ತಮಾಃ ।
ಧರ್ಮಂ ವಿಶಂತಿ ತೇ ಸರ್ವೇ ಧರ್ಮಃ ಸ್ವಾಯಂಭುವಂ ಮನುಮ್ ॥೧೯೧॥

ಸ್ವಾಯಂಭುವಮನುಃ ಶಕ್ರಂ ಸಮಾವಿಶತಿ ವೈ ತಥಾ ।
ಶಕ್ರಮೇವ ವಿಶಂತ್ಯೇತೇ ಪ್ರವಾಹಾದ್ಯಾ ಮರುದ್ಗಣಾಃ ॥೧೯೨॥

ವಿನಾಯಕಾ ಸಾಧ್ಯಗಣಾಶ್ಚಾಽಕಾಶಂ ಪ್ರವಿಶಂತಿ ತೇ ।
ಮೃತ್ಯವೋ ಋಭವಃ ಸರ್ವೇ ವಿಶಂತಿ ಪೃಥಿವೀಂ ಕ್ರಮಾತ್ ॥೧೯೩॥

ಅಗ್ನಿಪುತ್ರಾಶ್ಚ ಸರ್ವೇಽಪಿ ದೇವಾಶ್ಚೋಕ್ತೇತರೇ ಚ ಯೇ ।
ತೇ ಸರ್ವೇ ಪ್ರವಿಶಂತ್ಯಗ್ನಿಮಗ್ನಿರಾದಿತ್ಯಮಾವಿಶೇತ್ ॥೧೯೪॥

ಸ ಚಾಕಾಶಃ ಸಾ ಚ ಪೃಥ್ವೀ ಸ ಚಾಽದಿತ್ಯೋ ಗುರುಂ ವಿಶೇತ್ ।
ಗುರುರ್ವಿಶತಿ ವೈ ಶಕ್ರಮಪಿ ದೇವರ್ಷಿನಾರದಃ ॥೧೯೫॥

ಭೃಗುರ್ವಿಧಿಸುತಾಃ ಸರ್ವೇ ವಸಿಷ್ಠಾತ್ರಿಪುರೋಗಮಾಃ ।
ದಕ್ಷಂ ವಿಶಂತಿ ದಕ್ಷೋಽಪಿ ಶಕ್ರಂ ಪ್ರವಿಶತಿ ಪ್ರಭುಮ್ ॥೧೯೬॥

ಶಕ್ರೋ ವಿಶತಿ ಸೌಪರ್ಣೀಂ ಸೌಪರ್ಣೀ ಸ್ವಪತಿಂ ಖಗಮ್ ।
ಗರುತ್ಮಾನ್ ಪ್ರವಿಶೇದ್ವಾಣೀಂ ವಾಣೀ ಬ್ರಹ್ಮಾಣಮೀಶ್ವರಮ್ ॥೧೯೭॥

ಬ್ರಹ್ಮಾ ತೇಜೋಽಭಿಧಾಂ ಲಕ್ಷ್ಮೀಂ ಸಮಾಯಾತಿ ಸ್ವಮಾತರಮ್ ।
ರಮಾ ಯಾಸ್ಯತಿ ಸಾಮೀಪ್ಯಂ ವಿಷ್ಣೋರ್ನಿತ್ಯಾನಪಾಯಿನೀ ॥೧೯೮॥

ಇತ್ಯುಕ್ತೋ ಗಾರುಡೋ ಮಾರ್ಗೋ ಮುಕ್ತ್ಯರ್ಥಂ ಚ ದಿವೌಕಸಾಮ್ ।
ಏತನ್ಮಾರ್ಗವಿದಾಂ ಪುಸಾಂ ಯಮಮಾರ್ಗೋ ನ ವಿದ್ಯತೇ ॥೧೯೯॥

72000 ನಾಡೀವಿಚಾರ

ಇತಃ ಪರಂ ಸುಷುಮ್ನಾದಿನಾಡೀದಕ್ಷಿಣಪಾರ್ಶ್ವಕೇ ।
ಸಷಟ್ ತ್ರಿಂಶತಿಸಾಹಸ್ರಂ ನಾಡ್ಯಃ ಸಂತಿ ಹಿ ತಾಸು ಚ ॥೨೦೦॥

ಷಟ್ ತ್ರಿಂಶತಿಸಹಸ್ರಾಣಿ ಪುಂರೂಪಾಣಿ ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ।
ಏತಾನಿ ಪುರುಷಾಯುಷ್ಯದಿನಾಹ್ನಾಂ ದೈವತಾನಿ ಚ ॥೨೦೧॥

ಸುಷುಮ್ನಾವಾಮಪಾರ್ಶ್ವೇಽಪಿ ಷಟ್ ತ್ರಿಂಶತಿಸಹಸ್ರಕಾಃ ।
ನಾಡ್ಯಃ ಸಂತ್ಯತ್ರ ತಾವಂತಿ ಸ್ತ್ರೀರೂಪಾಣಿ ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ॥೨೦೨॥

ಏತಾನಿ ಮಾನುಷಾದೀನಾಂ ರಾತ್ರ್ಯಾಯುರ್ದೈವತಾನಿ ಚ ।
ಏತಾನಿ ಪುಂಸ್ತ್ರೀರೂಪಾಣಿ ಬೃಹತೀಸ್ತುತಿಗಾನಿ ಚ ॥೨೦೩॥

ಬೃಹತೀಶ್ರುತಿಸಾಹಸ್ರೇ ಸ್ವರವ್ಯಂಜನಭೇದತಃ ।
ದ್ವಾಸಪ್ತತಿಸಹಸ್ರಾಣಿ ವರ್ಣಾನ್ಯೇವ ಭವಂತಿ ಹಿ ॥೨೦೪॥

ಸ್ವರಾರ್ಣಪ್ರತಿಪಾದ್ಯಾನಿ ಪುಂರೂಪಾಣಿ ರಮಾಪತೇಃ ।
ಷಟ್ ತ್ರಿಂಶತಿಸಹಸ್ರಾಣಿ ವ್ಯಂಜನಾರ್ಣೋದಿತಾನಿ ಚ ॥೨೦೫॥

ಷಟ್‌ತ್ರಿಂಶತಿಸಹಸ್ರಾಣಿ ಸ್ತ್ರೀರೂಪಾಣಿ ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ।
ಜ್ಞಾತ್ವೈತಾನಿ ನರೋ ಭಕ್ತ್ಯಾ ಪೂರ್ಣಮಾಯುಷ್ಯಮೇಷ್ಯತಿ ॥೨೦೬॥

ವಿಹಿತಾ ಮೂರ್ತಯಶ್ಚಿಂತ್ಯಾ ಯತ್ರ ನಾಡೀಷು ವೈ ಹರೇಃ ।
ಏತಾ ನಾಡ್ಯಃ ಸಮುದ್ದಿಷ್ಟಾಸ್ತನ್ನಿವಿಷ್ಟೋ ರಮಾಪತಿಃ ॥೨೦೭॥

ಇಂದುನಾಮಾ ಸ ವೈ ನಾಡೀಸಾರಾನ್ ಭುಂಕ್ತೇऽಖಿಲಾನ್ವಿಭುಃ ।
ಏತನ್ನಾಮಸ್ವರೂಪಾಣಿ ನಾವಗಮ್ಯಾನ್ಯಶಕ್ಯತಃ ॥೨೦೮॥

ಹೃದಯವು ಭಗವನ್ಮಂದಿರ

ಹೃದಯಾಖ್ಯಂ ಪರಂ ಬ್ರಹ್ಮಪುರಂ ದ್ವಾರವಿರಾಜಿತಮ್ ।
ತತ್ಪ್ರಾಗ್ದ್ವಾರಾಣಿ ಚ ತ್ರೀಣಿ ಚಿಂತಯೇತ್ಪ್ರಥಮೇ ಶ್ರಿಯಮ್ ॥೨೦೯॥

ದ್ವಿತೀಯೇ ಚಿಂತಯೇತ್ಪ್ರಾಣಂ ಚಕ್ಷುರಾದಿತ್ಯನಾಮಕಮ್ ।
ದ್ಯುನಾಮಿಕಾಂ ಭಾರತೀಂ ಚ ತೃತೀಯೇ ಚ ಜಯಾದಿಕೌ ॥೨೧೦॥

ದಕ್ಷದ್ವಾರಾಣ್ಯಪಿ ತ್ರೀಣಿ ತತ್ರಾऽದ್ಯೇ ಚಿಂತಯೇಚ್ಛ್ರಿಯಮ್ ।
ದ್ವಿತೀಯೇ ಚಿಂತಯೇದ್‌ವ್ಯಾನಂ ಸೋಮಂ ಶ್ರೋತ್ರಾಭಿಧಂ ತಥಾ ॥೨೧೧॥

ದಿಙ್‌ನಾಮಿಕಾಂ ಭಾರತೀಂ ಚ ವಾಮಪಾರ್ಶ್ವೇ ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ।
ತೃತೀಯೇ ದ್ವಾರಿ ವಿಜ್ಞೇಯೌ ಬಲಪ್ರಬಲನಾಮಕೌ ॥೨೧೨॥

ಪ್ರತ್ಯಗ್‌ದ್ವಾರಾಣಿ ಚ ತ್ರೀಣಿ ಶ್ರಿಯಮಾದ್ಯೇ ವಿಚಿಂತಯೇತ್ ।
ದ್ವಿತೀಯೇऽಗ್ನಿಂ ವಾಗಪಾನನಾಮಕಂ ಚಿಂತಯೇತ್ತತಃ ॥೨೧೩॥

ಪೃಥ್ವೀನಾಮ್ನೀಂ ಭಾರತೀಂ ಚ ತೃತೀಯೇ ಕುಮುದಾದಿಕೌ ।
ಉದಗ್‌ದ್ವಾರಾಣಿ ಚ ತ್ರೀಣಿ ಪ್ರಥಮೇ ಚ ಶ್ರಿಯಂ ಸ್ಮರೇತ್ ॥೨೧೪॥

ಇಂದ್ರಂ ಮನಃ ಸಮನಾಖ್ಯಂ ದ್ವಿತೀಯೇ ದ್ವಾರಿ ಚಿಂತಯೇತ್ ।
ವಿದ್ಯುನ್ನಾಮ್ನೀಂ ಭಾರತೀಂ ಚ ತೃತೀಯೇ ನಂದಸುನಂದನೌ ॥೨೧೫॥

ಊರ್ಧ್ವದೇಶೇ ದ್ವಾರಮೇಕಂ ತಸ್ಮಿನ್ನಾಕಾಶನಾಮಿಕಾಮ್ ।
ರಮಾಮುದಾನವಾಯುಂ ಚ ವಾಙ್‌ನಾಮ್ನೀಂ ಚೈವ ಭಾರತೀಮ್ ॥೨೧೬॥

ಏವಂ ಸಂಚಿನ್ತಯೇದ್ವಿದ್ವಾನ್ ದ್ವಾರೇಷೂಕ್ತಪ್ರಕಾರತಃ ।
ಏವಮೇವ ವಿಚಿಂತ್ಯಾಶ್ಚ ದ್ವಾರಪಾಲಾಸ್ತ್ರಿಧಾಮಸು ॥೨೧೭॥

ಏತಾದೃಶಪುರೀಮಧ್ಯೇ ಪರಂ ಬ್ರಹ್ಮೋಪಬೃಂಹಿತಮ್ ।
ಸುಷುಮ್ನಾಖ್ಯಂ ಮಹಾರಾಜರಮ್ಯಸೌಧಾಂತರಸ್ಥಿತಮ್ ॥೨೧೮॥

ದಹರಾಖ್ಯಾತ್ಮಹೃತ್ಪದ್ಮವಿಲಸತ್ಕರ್ಣಿಕಾಲಯೇ ।
ಚಿಂತಯೇಚ್ಚ ಶ್ರಿಯಂ ಪದ್ಮೇ ಭೂದುರ್ಗೇ ನಾಲಕಂದಯೋಃ ॥೨೧೯॥

ಅಷ್ಟಪತ್ರೇಷು ಶಕ್ತ್ಯಾದ್ಯಾ ವಿಜ್ಞೇಯಾ ಹರಿಮೂರ್ತಯಃ ।
ವಿದಿಗ್‌ದಲೇಷು ಚೈಕೈಕಾ ದ್ವೇ ದ್ವೇ ವೈ ದಿಗ್‌ದಲೇಷ್ವಪಿ ॥೨೨೦॥

ವಸವೋಽಪ್ಯಷ್ಟಸಂಖ್ಯಾಕಾಃ ಪದ್ಮಪತ್ರಾಭಿಮಾನಿನಃ ।
ಸರಸ್ವತೀ ಭಾರತೀ ಚ ಹೃತ್ಪದ್ಮಸ್ಯಾಭಿಮಾನಿನೀ ॥೨೨೧॥

ಬಿಂಬರೂಪದ ವಿವರ

ಹೃತ್ಪದ್ಮಕರ್ಣಿಕಾಗ್ರಸ್ಥಃ ಸರ್ವಾಂಗುಷ್ಠಪ್ರಮಾಣಕಃ ।
ಅಗ್ರೇಶಃ ಪ್ರಾಜ್ಞನಾಮಾಽಸೌ ಜೀವಾನಾಂ ಚ ಸುಷುಪ್ತಿದಃ ॥೨೨೨॥

ಸರ್ವತೋ ಹೃದಯಾಕಾಶೇ ವ್ಯಾಪ್ತಃ ಪ್ರಾದೇಶಸಂಮಿತಃ ।
ಜೀವಾಧಾರಃ ಸ ವಿಜ್ಞೇಯಃ ಪರಃ ಪುರುಷನಾಮಕಃ ॥೨೨೩॥

ಕರ್ಣಿಕಾಮೂಲಗೋ ವಿಷ್ಣುರಂಗುಷ್ಠಾಗ್ರಪ್ರಮಾಣಕಃ ।
ಮೂಲೇಶಶ್ಚಿಂತನೀಯೋಽಯಂ ವಿಜ್ಞಾನಾತ್ಮೇತಿ ಯಂ ವಿದುಃ ॥೨೨೪॥

ಏತದ್ರೂಪತ್ರಯಂ ವಿಷ್ಣೋಃ ಹೃದಯಾಖ್ಯಂ ಪ್ರಕೀರ್ತಿತಮ್ ।
ಮೂಲೇಶಪಾದಮಾಶ್ರಿತ್ಯ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣೋಽಸ್ಯ ಸನ್ಮುಖಃ ॥೨೨೫॥

ಕೃತಾಂಜಲಿಪುಟಃ ಪ್ರಾಚೀಮುಖಸ್ತಿಷ್ಠತಿ ನಿತ್ಯಶಃ ।
ತಸ್ಮಿಂಶ್ಚ ಶುಚಿಷದ್ವಿಷ್ಣುಃ ಪ್ರಾಣಶ್ಚಿಂತ್ಯಶ್ಚ ಲಾಲುಕಃ ॥೨೨೬॥

ಸಂಕರ್ಷಣೋ ನೃಸಿಂಹಶ್ಚ ರಾಮೋ ದಾಶರಥಿಸ್ತಥಾ ।
ಅಪರಾಜಿತರೂಪತ್ವಾದಪರಾಜಿತಸೇನಕಃ ॥೨೨೭॥

ಇಂದ್ರೋ ವೈಕುಂಠ ಇತ್ಯೇತೇ ವಿಜ್ಞೇಯಾಸ್ತದುಪಾಸಕೈಃ ।
ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಃ ಶ್ವಾಸರೂಪಹಂಸಮಂತ್ರಂ ಜಪೇತ್ಸದಾ ॥೨೨೮॥

ಜೀವೇನ ಕಾರಯತ್ಯೇವ ತಜ್ಜಪಂ ಹರಿತುಷ್ಟಯೇ ।
ಏಕವಿಂಶತಿಸಹಸ್ರಾಣಿ ಶ್ವಾಸಾನಾಂ ಷಟ್‌ಶತಾನಿ ಚ ॥೨೨೯॥

ಭವಂತ್ಯೇತಚ್ಚ ವಿಜ್ಞಾಯ ಭಕ್ತ್ಯಾ ವಿಷ್ಣೌ ಸಮರ್ಪಯೇತ್ ।

ಜೀವನ ಪರಿಮಾಣ

ಸಹಸ್ರಧಾ ವಿನಿರ್ಭಿನ್ನಂ ವಾಲಾಗ್ರಮವಶಿಷ್ಯತೇ ||೨೩೦||

ತಾವತ್ಪರಿಮಿತೋ ಜೀವಃ ಶಾಶ್ವತಃ ಸ್ವಪ್ರಕಾಶಕಃ ।
ಪ್ರಾಣಃ ಪ್ರಪದಮಾಶ್ರಿತ್ಯ ನಿತ್ಯಸ್ತಿಷ್ಠತಿ ಕರ್ಮಕೃತ್ ||೨೩೧||

ಅಂಗಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಹರಿರೂಪಗಳು

ವಿಷ್ಣೋರಂಗಾನಿ ಜೀವಾಂಗೇಷ್ವವಚ್ಛಿನ್ನಾನಿ ನಿತ್ಯಶಃ ।
ವಾಸುದೇವೋ ಹರೇಃ ಶೀರ್ಷಂ ಜೀವಶೀರ್ಷೇ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಃ ||೨೩೨||

ನಾರಾಯಣೋ ಹರೇರ್ಮಧ್ಯಃ ಜೀವಸಂದೋಹಸಂಸ್ಥಿತಃ ।
ವಿಷ್ಣೋಶ್ಚ ದಕ್ಷಿಣಃ ಪಕ್ಷಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನೋ ಜೀವಪಕ್ಷಗಃ ||೨೩೩||

ವಾಮಪಕ್ಷೋಽನಿರುದ್ಧಶ್ಚ ಜೀವವಾಮೇ ಚ ಸಂಸ್ಥಿತಃ ।
ಸಂಕರ್ಷಣೋ ಹರೇರಂಘ್ರಿಜೀವಪಾದೇ ಚ ಸಂಸ್ಥಿತಃ ||೨೩೪||

ವಿಷ್ಣೋರ್ವಾಗ್ ಭಾರ್ಗವೋ ರಾಮೋ ಜೀವವಾಚಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಃ ।
ನೃಸಿಂಹಶ್ಚ ಹರೇಃ ಪ್ರಾಣಃ ಜೀವಪ್ರಾಣೇ ಚ ಸಂಸ್ಥಿತಃ ||೨೩೫||

ಹರೇಶ್ಚಕ್ಷುಶ್ಚ ಕಪಿಲೋ ಜೀವಚಕ್ಷುಃಸ್ಥಿತೋ ಹರಿಃ ।
ಜೀವಾಭಿಮಾನೀ ಶೇಷಶ್ಚ ತಸ್ಮಿನ್ ಸಂಕರ್ಷಣಃ ಸ್ಥಿತಃ ||೨೩೬||

ಅನಿರುದ್ಧಾದಿಭಿಃ ಸೂಕ್ಷ್ಮಸೃಷ್ಟೌದೇಹಾ ವಿನಿರ್ಮಿತಾಃ ।
ಕೋಶರೂಪಾಶ್ಚತುರ್ಷ್ವೇಷು ಹ್ಯನಿರುದ್ಧಾದಯಃ ಸ್ಥಿತಾಃ ||೨೩೭||

ತ್ರೈರಾವೃತೋ ಲಿಂಗದೇಹಸ್ತ್ವಾಷೋಡಶಕಲಾತ್ಮಕಃ ।
ಜೀವಾವರಣಭೂತೋಽಸ್ಯ ವಾಸುದೇವೋ ನಿಯಾಮಕಃ ||೨೩೮||

ಅನಾದಿಲಿಂಗದೇಹೇಽಸ್ಮಿನ್ ಜೀವಸ್ತಿಷ್ಠತ್ಯಶಾಶ್ವತೇ ।
ದೇವಾನಾಮಂಶತೋ ವ್ಯಾಪ್ತಿರ್ದೇಹೇ ನೃಣಾಂ ಪ್ರಕಾಶತಃ ||೨೩೯||

ಸ್ವೇಂದ್ರಿಯೈರ್ಬಾಹ್ಯಸಂಬಂಧಾತ್ ವಿಷಯಜ್ಞಾನವಾನ್ ಭವೇತ್ ।
ಚರಾಮ್ಯಹಂ ಕರೋಮಿದಂ ಮಮೇತ್ಯಜ್ಞಾನಮೋಹಿತಃ ||೨೪೦||

ಲಿಪ್ಯತೇಽತಃ ಕರ್ಮಬಂಧೈಸ್ತದಪಾಯಾದ್ವಿಮುಚ್ಯತೇ ।

ಹೃತ್ಕಮಲದಲ್ಲಿರುವ ಭಗವದ್ರೂಪ

ಜೀವಹೃತ್ಕಮಲಂ ಶ್ವೇತಮಷ್ಟಪತ್ರಂ ಸಕರ್ಣಿಕಮ್ ।೨೪೧॥

ಧ್ಯೇಯಸ್ತತ್ಕರ್ಣಿಕಾವಿಷ್ಟೋ ಹ್ಯಾತ್ಮಾ ನಾರಾಯಣಃ ಪರಃ
ಜೀವಹೃನ್ಮಂಡಲಾವಿಷ್ಟಃ ಶ್ಯಾಮೋ ಹೃದಯನಾಮಕಃ ॥೨೪೨॥

ನಾರಸಿಂಹಃ ಸದಾ ಜೀವಸಂಸ್ಥಿತೋ ಜೀವನಾಮಕಃ ।
ಅನಿರುದ್ಧೋಽಪಿ ಜೀವಾಂತಃ ಶರೀರೇ ವ್ಯಾಪ್ಯ ತಿಷ್ಠತಿ ॥೨೪೩॥

ಸ ಸಾಕ್ಷಾಚ್ಛಬಲೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಶಾರೀರ ಇತಿ ನಾಮಕಃ
ಜೀವಾಂತಃಪ್ರೇರಕೋ ವಿಷ್ಣುರಂತರಾತ್ಮೇತಿ ಯಂ ವಿದುಃ ॥೨೪೪॥

ಸ ಚೋಪಾಸ್ಯಃ ಸದೈವೇಷ್ಟಃ ಸದಾ ಜೀವಚರೋ ಹರಿಃ ।
ಸೋಽಹಂಕಾರ ಇತಿ ಪ್ರೋಕ್ತಃ ಸರ್ವಾಹಂಕಾರಭಂಜಕಃ ॥೨೪೫॥

ಮತ್ಸ್ಯಾದ್ಯಾ ಅಪಿ ವೈ ವಿಷ್ಣೋರವತಾರಾಶ್ಚ ಸರ್ವಶಃ ।
ಜೀವಾಂತಃಸಂಸ್ಥಿತಾ ನಿತ್ಯಮುಪಾಸ್ಯಾಃ ಶಕ್ತಿಸಂಯುತಾಃ ॥೨೪೬॥

ಏವಂ ವಿದ್ವಾನತೋ ಬಾಹ್ಯಹೃದಯಾಮಂಬುಜಮಂದಿರೇ ।
ನಾನಾರತ್ನೋಜ್ಜ್ವಲದ್ಧೇಮಮಟಂಪಂ ತದ್ರಮಾತ್ಮಕಮ್ ॥೨೪೭॥

ಚಿಂತಯೇನ್ಮೌಕ್ತಿಕಾಭಾಸಂ ತಸ್ಮಿನ್ ತತ್ಕರ್ಣಿಕಾತಲೇ ।
ದ್ವಿಷಟ್ಕೋಣಾದಿತ್ಯಬಿಂಬಂ ತತ್ರ ವೃತ್ತೇಂದುಮಂಡಲಮ್ ॥೨೪೮॥

ತಸ್ಮಿನ್ ತ್ರಿಕೋಣಮಾಗ್ನೇಯಂ ಮಂಡಲಂ ಸುವಿರಾಜಿತಮ್ ।
ತಸ್ಮಿನ್ ಲಕ್ಷ್ಮ್ಯಾತ್ಮಕಂ ತಲ್ಪಂ ಶೇಷಪರ್ಯಂಕಶೋಭಿತಮ್ ॥೨೪೯॥

ಚಿತ್ರರತ್ನಾಸನಾಕೀರ್ಣಂ ಚಿಂತಯೇತ್ಸೋಪಬರ್ಹಣಮ್ ।
ತತ್ರಸ್ಥೋ ಭಗವಾನ್ ವಿಷ್ಣುಃ ಪರಮಾತ್ಮೇತ್ಯುದಾಹೃತಃ ॥೨೫೦॥

ಸಾಕ್ಷಾನ್ನಾರಾಯಣಃ ಸರ್ವೈರುಪಾಸ್ಯೋ ಬಿಂಬನಾಮಕಃ ।
ಶ್ವೇತದ್ವೀಪಗತೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಪರ್ಯಂಕಬ್ರಹ್ಮನಾಮಕಃ ॥೨೫೧॥

ನಾರಾಯಣೋ ಹಿ ಭಗವಾನನಾದಿಸ್ಮೃತಿಸಂಸ್ಥಿತಾನ್ ।
ಅಪೇಕ್ಷ್ಯ ಲೋಕಾನ್ ಕೃಪಯಾ ತಸ್ಮಾನ್ಮೋಚಯಿತುಂ ಪ್ರಭುಃ ॥೨೫೨॥

ತದ್ಯೋಗ್ಯಪದದಾನಾಯ ತೇಷಾಮಾವಿಶ್ಯ ಹೃದ್ಗುಹಾಮ್ ।
ತದ್ಯೋಗ್ಯತಾನುಸಾರೇಣ ಸಾಧನೈಃ ಸಮುಪಾಸಿತಃ ॥೨೫೩॥

ನಿರಸ್ಯ ಸ್ವಾಪರೋಕ್ಷ್ಯೇಣ ಕೃತಂ ಕರ್ಮ ಶುಭಾಶುಭಮ್ ।
ಮೋಚಯಿತ್ವಾ ಭೂತಬಂಧಾಜ್ಜೀವಸ್ವಾನಂದದಾಯಕಃ ॥೨೫೪॥

ಶ್ವೇತದ್ವೀಪಗತೋ ಯಶ್ಚ ಬಾಹ್ಯಹೃತ್ಪದ್ಮಗಶ್ಚ ಯಃ ।
ತಯೋರೈಕ್ಯಂ ವಿಜಾನೀಯಾಜ್ಜೀವಹೃತ್ಪದ್ಮಗಸ್ಯ ಚ ॥೨೫೫॥

ಶಾರೀರಸ್ಥನಾಡೀಷು ನಿವಿಷ್ಟಾನಾಂ ಚ ವೈ ಹರೇಃ ।
ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡಾಂತರ್ಬಹಿಸ್ಥಾನಾಂ ರೂಪಾಣಾಮಪಿ ಸರ್ವಶಃ ॥೨೫೬॥

ಆತ್ಮಹೃತ್ಪದ್ಮಗೇನೈಕ್ಯಂ ಚಿಂತನಂ ಪರಮಾರ್ಚನಮ್ ।
ಹೃತ್ಪದ್ಮಕರ್ಣಿಕಾವಿಷ್ಟಂ ಬಿಂಬನಾಮಾನಮೀಶ್ವರಮ್ ॥೨೫೭॥

ಉದ್ಯದಾದಿತ್ಯಸಂಕಾಶಂ ಸಚ್ಚಿದಾನಂದವಿಗ್ರಹಮ್ ।
ಪೀತಾಂಬರಧರಂ ದೇವಂ ಶಂಖಚಕ್ರಗದಾಧರಮ್ ॥೨೫೮॥

ಹೇಮಹಂಸಕಮಂಜೀರಕಿಂಕಣೀಕಾಂಘ್ರಿಪಂಕಜಮ್ ।
ಸ್ವರ್ಣಾಂಬರಲಸತ್ಕಾಂಚೀಭಾಸ್ವತ್ಕಟಿತಟೋದರಮ್ ॥೨೫೯॥

ಹೇಮಕಂಕಣಕೇಯೂರಮುದ್ರಿಕಾಬಾಹುಭೂಷಣಮ್ ।
ಮುಕ್ತಾರತ್ನಪ್ರವಾಲಾಭಂ ಸ್ವರ್ಣಗ್ರೈವೇಯವಕ್ಷಸಮ್ ॥೨೬೦॥

ಶ್ರೀವತ್ಸಕೌಸ್ತುಭೋರಸ್ಕಂ ನಾನಾಭೂಷಣಭೂಷಿತಮ್ ।
ಮಂದಸ್ಮಿತಮುಖಾಂಭೋಜಮರವಿಂದಾಯತೇಕ್ಷಣಮ್ ॥೨೬೧॥

ನೀಲಾಲಕಲಸತ್ಸ್ವರ್ಣಮುಕುಟಂ ಶ್ರುತಿಭೂಷಣಮ್ ।
ಬ್ರಹ್ಮೇಶಾನಾದಿಭಿಃ ಸೇವ್ಯಂ ಸ್ವರೂಪಗಣಮಧ್ಯಗಮ್ ॥೨೬೨॥

ಆಪಾದಮೌಳಿಪರ್ಯಂತಂ ಧ್ಯಾಯೇನ್ನಾರಾಯಣಂ ಪರಮ್ ।

ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಕಾರಗಳು

ಧ್ಯಾನಂ ಚ ದ್ವಿವಿಧಂ ಪ್ರೋಕ್ತಂ ಖಂಡಾಖಂಡವಿಭೇದತಃ ॥೨೬೩॥

ಏಕೈಕಶೋಽಂಗಾನಿ ಧಿಯಾ ಧಾರಣಂ ಖಂಡಮುಚ್ಯತೇ ।
ಸರ್ವಾಂಗಸಂಸ್ಮೃತಿರ್ವಿಷ್ಣೋರಖಂಡಧ್ಯಾನಮೀರಿತಮ್ ॥೨೬೪॥

ಸಂತತಂ ಧ್ಯಾನಯೋಗೇನ ನಿಷ್ಪ್ರಯತ್ನಸಮಾಧಿಮಾನ್ ।
ಅಸಮಾಧಿರಪಿ ಜ್ಞಾನೀ ತದ್ಗತೈಕಾಗ್ರಮಾನಸಃ ॥೨೬೫॥

ಉಪಚಾರೈಃ ಷೋಡಶಭಿಸ್ತ್ವಾವಾಹನಮುಖೈರಪಿ ।
ಪ್ರಾಕೃತಾಪ್ರಾಕೃತೈರ್ವಾಽಪಿ ವಿಷ್ಣುರೂಪಾತ್ಮಕೈರಪಿ ॥೨೬೬॥

ಮಾನಸೈರಮಲೈರ್ದಿವ್ಯೈರ್ಮಹಾರಾಜೋಪಚಾರಕೈಃ ।
ಹೃತ್ಪದ್ಮಕರ್ಣಿಕಾನಿಷ್ಠಂ ಯೋಗಿಧ್ಯೇಯಾಂಘ್ರಿಪಂಕಜಮ್ ॥೨೬೭॥

ಭಕ್ತ್ಯಾವಾನನ್ಯಮನಸಾ ಬಾಹ್ಯಾರ್ಚನಮಿವಾರ್ಚಯೇತ್ ।
ಮನಃಪೂಜಾವಸಾನೇ ತು ಕಾಯಿಕೈರ್ವಾಚಿಕೈರಪಿ ॥೨೬೮॥

ಪ್ರಣಮೇತ್ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಯಥಾಮತಿ ।
ಯಾತ್ರಾ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣಂ ವಿಷ್ಣೋಃ ಪ್ರಣಾಮಃ ಶಯನಂ ಹರೇಃ ॥೨೬೯॥

ವಾಕ್ಪ್ರವೃತ್ತಿಸ್ಸ್ತುತಿರ್ಭೂಯಾನ್ಮನೋವೃತ್ತಿರನುಸ್ಮೃತಿಃ ।
ಸಮರ್ಪಯಿತ್ವಾ ಬಿಂಬೇಽಸ್ಮಿನ್ ಮಾನಸೇ ಪೂಜನಂ ಪುನಃ ॥೨೭೦॥

ತತ್ತತ್ಸ್ಥಾನೇಷು ನಾಡೀಷು ತತ್ತದ್ರೂಪಾಣಿ ಭಾವಯೇತ್ ।

ಉಪಸಂಹಾರ

ಏವಂ ಯಃ ಕುರುತೇ ನಿತ್ಯಮಪ್ರಮತ್ತಃ ಶ್ರಿಯಃ ಪತೇಃ ॥೨೭೧॥

ಭಕ್ತ್ಯಾ ತು ಮಾನಸೀಮರ್ಚಾಂ ಜೀವನ್ಮುಕ್ತೋ ನ ಸಂಶಯಃ ।
ಆನಂತ್ಯೇಽಪಿ ಪ್ರಮೇಯಾನಾಂ ಗ್ರಂಥಗೌರವಭೀತಿತಃ ॥೨೭೨॥

ಸಂತತಧ್ಯಾನಸಿಧ್ಯರ್ಥಂ ಸಮಾಸಸಂಗ್ರಹಃ ಕೃತಃ ।
ಅಜ್ಞಾನಾದ್ ಜ್ಞಾನತೋ ವಾಽಪಿ ವದನ್ ಕಿಮಪಿ ಭಾಷಿತಮ್ ।
ಯುಕ್ತಾಯುಕ್ತವಿಚಾರಜ್ಞೈಃ ಸದ್ಭಿಃ ಸಂಗೃಹ್ಯತಾಮಿದಮ್ ॥೨೭೪॥

ಸ್ವೈಜೀಜನಾರ್ದನಾರ್ಯಪೌತ್ರಃ ವೇಂಕಟನರಸಿಂಹಾರ್ಯಪುತ್ರಕಃ ।
ಶ್ರೀಮದ್ವೇಂಕಟರಾಮಾಖ್ಯಃ ಕೃತವಾನ್ ಮಾನಸಸ್ಮೃತಿಮ್ ॥೨೭೫॥

ಗ್ರಂಥೋಽಯಂ ಪಾಠಮಾತ್ರೇಣ ಭಕ್ತಿಜ್ಞಾನಾದಿಸಿದ್ಧಿದಃ ।
ಜ್ಞಾನೇನ ಸದನುಷ್ಠಾನೇ ವಿಮುಕ್ತಿಃ ಶಾಶ್ವತೀ ಭವೇತ್ ॥೨೭೬॥

॥ ಇತಿ ಶ್ರೀಮತ್ಪೂಜ್ಯ ಐಜೀ ವೇಂಕಟರಾಮಾರ್ಯ
(ಶ್ರೀವ್ಯಾಸತತ್ವಜ್ಞತೀರ್ಥ) ಕೃತಾ ಮಾನಸಸ್ಮೃತಿಃ ಸಂಪೂರ್ಣಂ ॥